

¿Que hacer cuando está perdido en una cueva?

autor SEPRI

jueves, 14 de junio de 2007

I. Prevención La prevención es la mejor respuesta a una emergencia. Entre las medidas de prevención más efectivas podemos enumerar: equipo adecuado y necesario, adiestramientos, información y planificación.

A. Equipo y materiales 1. Brújula, mapa y zip log2. Espejo y Pito3. Flaging tape, Duck tape y magic marker4. Ropa adecuadaa. Botasb. Sombreroc. Abrigo5. Libreta y Lápiz6. Bolsa plástica > 30 gls.7. Linternas y Baterías8.

Encendedor9. Toldo y Hamaca10. Cable11. Machete y cuchillo12. Salvavidas13. Mochila14. Utensilios de cocina15.

Alimentosa. Nutrición· Sales para recuperar electrolitos perdidos importantes para mantener líquidos y para el funcionamiento del sistema nervioso· Azúcares para cuando necesites energía inmediata· Carbohidratos para disponer de abastos de energía de rápida disposición.b. Hidratación· Agua 2ltrs/día es la necesidad promedio por persona· Frutas son buena fuente de agua· Colectar agua implica su tratamiento. Las alternativas son: la filtración, la purificación,

Tratamiento químico con yodo y cloro o el hervir el agua· Cultivo de agua precipitando por condensación el agua en el aire. 16. Comunicaciones y baterías a. Radio comercial b. Celular c. Radio de comunicaciones 17. Equipo vertical

mínimoa. Sogab. Asientoc. Carabinerosd. Prúscos B. Información 1. Mapa2. Clima3. Localización y referencias4. Medidas de emergencias C. Planificación 1. Definir propósitos y objetivo específico.2. Recopilación de informacióna. Nombre y localización.b. Determinar las dificultades:· ambientales· fauna· flora· topografía· transportación· comunicaciones· criminalidadc. Disponer mapas topográficosd. Contactos de seguridad en el área.3. Establecer el grupo de acuerdo a

destrezas requeridas.4. Definir la actividad específica a realizar, funciones, equipo y establecer la logística.5. Calendario, Itinerario y horarios6. Permisos7. Alimentos8. Establecer Ruta llevar recursos de Navegación.9. Comunicaciones10.

Recurso medico11. Recursos de apoyo y rescate D. Destrezas y Adiestramientos 1. Es recomendable que poseas las siguientes destrezas:a. Orientación y navegaciónb. Pesca rusticac. Caza rusticad. Recolección. Construir refugiosf. Hacer

fuego 2. Es recomendable que poseas los siguientes adiestramientos a. Planificación y seguridad en la exploración.b. Lectura de mapas.c. Navegación terrestre.d. Técnicas verticales.e. Técnicas de escalada.f. Técnicas de búsqueda y rescate.g. Técnicas de acampar.h. Natación. i. Técnicas de lectura y negociación de aguas turbulentas. j. Primeros auxilio

en ambiente silvestre. k. C.P.R. II. ¡ PERDIDO ! A. Que hacer 1. Planificar la exploración (siempre mapa y brújula), los recursos y las alternativas de surgir una emergencia.2. Comunicar tus planes, horarios, llamadas de aviso de regreso.3.

De surgir una emergencia mantén la calma y la mente clara.4. Determinar cuan segura es la situación en términos de la integridad física.5. Duerme.6. Cuidar las energías físicas.7. Evitar la perdida de calor.8. Evitar shock de calor.9.

Mantenerse hidratado.10. Evitar enfermarse o lesionarse.11. Cuidar el equipo, baterías y materiales.12. Procurar no perderte más o complicar más la situación.13. Analiza la situación y determinar estrategias.14. Determinar la

cardinalidad (norte y sur). B. Análisis de situación Si alguna vez te encontrases extraviado tú decisiones y acciones harán la diferencia entre salir vivo o muerto, sano o no y prolongas o acortas la duración de esta experiencia. Tu primera

herramienta es el buen juicio, la mente clara y calma. De inmediato debes reconocer tu realidad: 1. Has es un inventario:a. Equipo, b. Herramientas, c. Materialesd. Provisiones.2. Ubícate en tiempo y en clima:a. La hora del día,· Los

cambios ambientales diarios,· Condiciones del clima, 3. Localizarte geográfica y físicamente: a. Orientación cardinal. b. Consideraciones topográficas. c. Consideraciones ecológicas. d. Consideraciones de espacio.4. Localizarte lógica y

estratégicamente: a. Condición física b. Necesidades c. Seguridad d. Capacidades e. Capacidad de respuesta

Análisis de Posibilidades y Probabilidades El análisis de racionalidad de las posibilidades se basa en la consideración de las eventualidades alternativas con oportunidad real de ocurrir dadas determinadas condiciones y circunstancias.

Este análisis puede ser tanto prospectivo como retrospectivo y se debe hacer desde las perspectivas de la victima como desde la perspectiva de los rescatadores y considerar elementos tangenciales como la actividad normal del área

y la conducta de personas amistades, familiares e interesados. El análisis lógico de las probabilidades es basado en hechos o certezas como un intento de cuantificar, otorgar peso o discriminar entre las oportunidades de ocurrencia de

las alternativas posibles de eventualidad para determinar acciones o estrategias a seguir en respuestas de la circunstancias con el fin de aumentar las oportunidades de supervivencia, y de ser rescatado. Este análisis es

prospectivo y se debe hacer desde las perspectivas de la victima como desde la perspectiva de los rescatadores y basado en hechos o certezas considerar elementos tangenciales como la actividad normal del área y la conducta de

personas amistades, familiares e interesados. Podemos catalogar el análisis de posibilidades y de probabilidades en 6 aspectos generales a ser subdivididos en los criterios determinantes dependiendo de las circunstancias particulares y

naturaleza de la emergencia: a. Posibilidades y Probabilidad de supervivencia (la seguridad 1ro).b. Posibilidades y Probabilidad de notificación.c. Posibilidades y Probabilidad de localización.d. Posibilidades y Probabilidad de respuesta.e.

Posibilidades y Probabilidad de comunicación. f. Posibilidades y Probabilidad de acceso. C. Notas de salud y seguridad 1. Grupo a. Grupo mínimo de 4b. Mantenerse unidosc. Comunicación internad. Funciones específicase. No exceder

capacidades y recursos 2. Botiquín a. Florab. Faunac. Insectosd. Lesionese. Dolorf. Digestivosg. Recetas 3. Nutricióna. Recolección, caza o pescab. Cocina el alimentoc. Hierve, filtra, o desinfecta el agua D. Estrategias pasivas 1. Permanecer

en el punto donde reconociste tu situación.2. Permanecer en el último punto que reconoces.3. Buscar refugio.4. Visibilidad y Atracción.5. Nicho de supervivencia.

E. Estrategia activa 1. Continuación o Regreso.2. Búsqueda de Ayuda.3. Búsqueda de la Búsqueda. F. Factor psicológico 1. Procura mantener tus ciclos de sueño.2. Mientras hay vida hay esperanza.3. No desesperes, perder la fe y

la calma es causa de graves errores.4. Mantén la orientación cardinal y cuenta el tiempo en días, medios días y cuartos de días.5. Ponte un propósito y proponte metas cortas y fáciles día a día paso a paso.6. Has anotaciones diarias.