

Los bomberos del GERA, especialistas en montaña, recomiendan extremar la precaución, en especial, con niños

La Comunidad recomienda prevención y planificación para disfrutar de la sierra madrileña estas vacaciones

- El uso de la aplicación My112 facilita y agiliza la actuación de los servicios de emergencia en caso necesario

13 de abril de 2017.- El Grupo Especial de Rescate en Altura (GERA) del Cuerpo de Bomberos de la Comunidad de Madrid ha realizado una serie de recomendaciones a los madrileños, basadas en la prevención y la planificación para disfrutar de la sierra madrileña estas vacaciones, zona en la que se espera un aumento de los visitantes ante las previsiones de buen tiempo.

De esta manera, desde la Comunidad de Madrid se aconseja observar algunas medidas sencillas de prevención y autoprotección para evitar situaciones de riesgo o de peligro en la montaña, que acaben convirtiéndose en una experiencia desagradable.

Así, cualquier actividad que se vaya a realizar debe empezar ya en casa con una buena planificación. Si se organiza en familia para disfrutar con niños, hay que tener en cuenta que un grupo es tan fuerte como el más débil de sus componentes que, naturalmente, suelen ser los menores. Por ello, hay que rechazar de antemano actividades que pongan en peligro a los niños, que requieran una fortaleza superior a la que éstos pueden desarrollar o que discurren por lugares poco transitados y donde exista riesgo de que se pierdan.

Aunque las previsiones meteorológicas son en principio favorables para las próximas fechas, es importante volver a comprobarlas para el día concreto en el que se piensa salir a la sierra y, si es posible, para las horas en las que vamos a realizar la actividad. En caso de condiciones climáticas adversas, es preferible suspender la salida.

ACTIVIDADES CON, AL MENOS, DOS PERSONAS

En montaña, se recomienda que en cualquier actividad que se desarrolle participen, como mínimo, dos personas. De esta manera, en caso de accidente, siempre hay alguien que puede avisar a los servicios de emergencia. Además, los especialistas del GERA insisten en que es aconsejable conocer bien la zona por la que nos vayamos a mover y contar con planos o mapas adecuados para hacer excursiones largas. Además, nunca se debe transitar por caminos desconocidos o cuyo trazado no aparezca en los mapas. Asimismo, es

conveniente avisar a amigos o conocidos de la ruta que se piensa recorrer y del horario previsto.

Para salir a la montaña, es fundamental contar con la ropa adecuada, especialmente, con un calzado idóneo. Y siempre es preferible iniciar la actividad a primera hora de la mañana, de manera que en caso de extravío o accidente, los servicios de emergencia dispongan de más horas de luz para poder realizar un rescate.

En la mochila, se debe llevar avituallamiento que incluya alimentos ricos en calorías, como frutos secos o chocolate, además de agua suficiente para el trayecto que se haya previsto realizar. De hecho, y siempre que sea posible, los especialistas en montaña recomiendan llevar más agua de la estrictamente necesaria para poder contar con hidratación suficiente en caso de que surja algún contratiempo.

MÓVIL CON BATERÍA CARGADA

Otro elemento fundamental para cualquier salida a la sierra es el teléfono móvil, con la batería cargada. En caso de accidente o dificultad, es la herramienta que va a permitir pedir auxilio de manera más rápida y eficaz, con una llamada al 112, el teléfono único de emergencias de la Comunidad de Madrid 112.

Desde el GERA aconsejan llevar instalada la aplicación gratuita My112. En caso de necesitar ayuda, desde la propia *app* se puede realizar una llamada al Centro de Emergencias de la Comunidad de Madrid 112 que, además, geolocalizará la posición exacta de la persona que precisa asistencia. Esta información se transmite de forma inmediata a los servicios de emergencia, lo que permite acortar sus tiempos de actuación.

Si es necesario llamar al 112, debe hacerse con calma, pensando inicialmente lo que se va a decir y sin facilitar datos confusos o erróneos. Lo prioritario, siempre, es facilitar el punto geográfico donde uno se encuentra. De esta manera, si se corta la llamada, los servicios de emergencia saben al menos dónde deben actuar. Tras facilitar la localización, la persona que solicita ayuda debe explicar lo que ocurre y responder de la forma más concreta posible a las preguntas del operador del 112.