

Madrid 112 aconseja descargar la app My112, que facilita la localización en caso de extravío o accidente

La Comunidad de Madrid recomienda extremar la seguridad en las salidas a la montaña

- Es importante avisar de la ruta prevista y llevar un teléfono móvil con la batería cargada, ropa y calzado adecuado, comida y agua
- En caso de pérdida o emergencia, se aconseja contactar con el 112

24 de noviembre de 2018.- Con la llegada de la temporada de nieve, la Comunidad de Madrid, a través de la Agencia de Seguridad y Emergencias Madrid 112, hace un llamamiento a la población para que refuercen la precaución y las medidas de seguridad en sus salidas a la montaña.

Además de asegurarse de que la ruta es adecuada para las condiciones físicas y experiencia de los participantes, es preciso planificar la hora de salida para evitar que se haga de noche durante la actividad. El regreso hay que preverlo para llegar unas dos horas antes de la puesta de sol, con el objetivo de contar con margen de luz solar suficiente para solventar imprevistos.

Es muy importante llevar teléfono móvil con la batería cargada por si es preciso, en caso de extraviarse o sufrir cualquier accidente, contactar con el 112. Es recomendable, además, que el teléfono tenga instalada la aplicación My112, diseñada especialmente para facilitar la comunicación con el Centro de Emergencias de la Comunidad de Madrid 112 y ofrecer una localización exacta y eficiente de la persona en caso de accidente o extravío.

Llevar prendas de colores vivos puede facilitar la ubicación y el rescate en esta situación y, si es posible, se aconseja buscar un lugar elevado y despejado para facilitar el acceso por parte de los efectivos del Grupo de Rescate en Altura (GERA) del Cuerpo de Bomberos de la Comunidad de Madrid.

A la montaña se debe acudir con calzado adecuado y ropa acorde a la actividad que se va a realizar y a las condiciones climatológicas previstas. El equipamiento debería incluir una manta térmica, agua y comida a base, por ejemplo, de alimentos ricos en calorías, energéticos y frutos secos. Es conveniente, además, que las personas alérgicas lleven consigo los medicamentos que puedan necesitar en caso de urgencia.

PREPARAR Y COMUNICAR LA RUTA

Antes de salir hay que actualizar la información sobre las previsiones meteorológicas de la zona que se va a visitar, localización de refugios próximos a las rutas y el estado de los caminos y veredas por las que está previsto transitar. Además, cuando se sale a la montaña, es una buena medida dejar aviso a familiares y amigos de la ruta que se pretende seguir.

También es de gran utilidad contar con una linterna frontal o algún tipo de iluminación con pilas de repuesto. Naturalmente, toda la actividad que se realice en el monte debe observar un estricto respeto por el medio ambiente.

Otros elementos que pueden ayudarnos en el campo son un pequeño botiquín y una cuerda de entre 10 y 15 metros de longitud. Es recomendable que los excursionistas se desplacen en grupo, que, a ser posible, debe estar compuesto por un mínimo de tres personas. Los integrantes del grupo no deben separarse.