

## 4. Establecimiento de medidas de prevención colectivas.

Como se ha indicado, el trabajo de organización y planificación de cualquier actividad en el medio natural/urbano, debe dedicar una atención preferente en lo que respecta a la seguridad de las personas, y tener previstas las actuaciones necesarias en caso de una emergencia o la aparición de cualquier tipo de imprevisto. Por ello, es preciso llevar a cabo la evaluación previa del entorno y de los riesgos concretos que existen, para a partir de aquí poder diseñar las medidas preventivas de seguridad necesarias.

Cuando se toman en consideración todos los factores y situaciones de riesgo, se pueden establecer medidas preventivas de carácter individual y medidas de prevención colectivas.

- ✦ **Cumplimiento riguroso de la legislación de aplicación y de las recomendaciones establecidas por los organismos de gestión correspondientes:** normativa ambiental, prohibiciones específicas y consejos para la actividad.
- ✦ **Recopilación de datos de la zona relacionados con la evacuación de personas accidentadas:** vías de comunicación, caminos, centros sanitarios de emergencia, policía local, agentes forestales, etc.
- ✦ **Elaboración de un listado con los números de teléfono a los que recurrir en caso de emergencia:** ayuda sanitaria, incendios forestales, responsables de nuestra empresa, etc.
- ✦ **Selección de sistemas de comunicación eficaz:** radio-emisoras, teléfonos móviles, etc., y poder dar aviso de cualquier emergencia.
- ✦ **Organización general de la ruta:** teniendo en cuenta siempre las características, necesidades y particularidades de todas las personas que van a participar, y las condiciones del entorno del itinerario (desniveles, terrenos encharcados, suelos inestables, etc.).
- ✦ **Consulta de la información meteorológica:** previsión y evolución de las condiciones a lo largo del día.
- ✦ **Entrega a los asistentes de información:** antes de realizar la actividad y durante la misma.
- ✦ **Análisis de los caminos de la zona:** de cara a tener previstos recorridos alternativos.

- **Explicación de buenas prácticas en la actividad:** relacionadas con el respeto por los recursos naturales y culturales presentes.
- **Análisis de los factores de riesgo y medidas de seguridad:** tener previsto protocolo de actuación, llevar el material de primeros auxilios en buen estado, vehículos para el traslado, etc.

También se recomienda conocer las técnicas de primeros auxilios, que nos permitirán actuar en caso de un posible accidente.

## 4.1. Normativa de comportamiento en los diferentes lugares.

La práctica del senderismo está vinculada en muchos casos, a territorios y áreas identificadas con paisajes y ecosistemas de alto valor ambiental. Los impactos generados por las actividades al aire libre, pueden producirse sobre los recursos naturales y sobre los elementos culturales, que pueden verse afectados de forma variable, si no se toman las medidas oportunas, de aquí la importancia de tener en cuenta la normativa de aplicación y las limitaciones de cada zona, en relación a los valores naturales, culturales y paisajísticos, y no olvidar la consulta previa y transmisión de las normas de comportamiento entre los participantes de las actividades.

En espacios naturales protegidos, su protección con alguna figura específica tiene el objetivo de proteger la integridad de sus valores naturales, paisajísticos y culturales, y al mismo tiempo, ordenar de forma compatible el uso y disfrute público para toda la sociedad. Por este motivo, son necesarias pautas y normas concretas de visita, que permitan el disfrute sin poner en peligro la conservación de sus valores. De aquí la importancia que tiene la labor del guía o técnico responsable, independientemente del tipo de actividad, en la divulgación de conductas respetuosas en el medio.

La colaboración de todas las personas que integran los grupos es básica en el estricto cumplimiento de la normativa de protección. La actitud y comportamientos de las mismas es la base para la conservación de espacios.

## NORMAS DE COMPORTAMIENTO ENP



### Un ejemplo: Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama

Existen normas generales de comportamiento y normas concretas por tipo de actividad:

#### Normas Generales

- ↪ Respete los valores naturales y culturales del Parque siguiendo las normas generales que se establezcan en las señales, paneles, itinerarios obligatorios y restricciones temporales o permanentes de acceso que existan. Siga las indicaciones del personal del Parque Nacional.
- ↪ No están permitidas actividades o comportamientos que supongan peligro para la conservación del Parque, que alteren la quietud y tranquilidad, o que supongan deterioro de la calidad de la visita para el resto de los visitantes.
- ↪ Respete la flora y la fauna. No se permite:
  - ✓ Arrancar o cortar la vegetación ni recoger sus frutos, flores y semillas. Arrancar, cortar o dañar la vegetación.
  - ✓ Molestar, herir, capturar o matar a los animales silvestres, sus huevos, crías o larvas.
- ↪ Los animales de compañía deben estar siempre bajo el control de su dueño y en zonas como Peñalara o donde se concentre gran cantidad de público, deben ir atados.
- ↪ Está prohibido introducir plantas o liberar animales, pues pueden propagar enfermedades y perturbar o desplazar a los ejemplares de la zona.
- ↪ Respete el silencio de la naturaleza. Todos tienen derecho a disfrutar del Parque. No utilicen instrumentos que produzcan ruidos extraños o estridentes como megáfonos, silbatos, reproductores de música, etc., ni realicen acciones que alteren o asusten a los animales.
- ↪ No está permitido la emisión de luces o destellos deslumbrantes que alteren la tranquilidad de la noche salvo el uso de linternas individuales
- ↪ Que nadie se dé cuenta de su paso. No ensucien el Parque con sus desperdicios. Llévenlos fuera del Parque Nacional y deposítenlos en los contenedores. No debemos dejar ningún residuo ni resto de comida, ya que, además de ensuciar el entorno, modifica los hábitos alimenticios de los animales.
- ↪ No se permite recolectar, destruir o alterar elementos de interés arqueológico, histórico o geológico
- ↪ No está permitido encender fuego, en cualquier época del año. No arroje colillas al suelo, pues además de poder causar fuegos, tardan muchos años en descomponerse.

### Senderismo

- ↗ No se salga de las sendas y caminos señalizados, ya que abrir nuevos caminos favorece la erosión del suelo. Además, es peligroso apartarse de las sendas cuando no se conoce el territorio.
- ↗ No se permite realizar inscripciones, señales o signos y dibujos sobre árboles, piedras o equipamientos.
- ↗ La señalización de rutas es competencia del Parque Nacional, por lo que no se deben levantar hitos o poner señales que puedan indicar nuevas rutas. En caso de detectar fallos o carencias, comuníquelo al personal del Parque Nacional.

**Fuente:** recuperado de <https://www.parquenacionalsierraquadrarrama.es/es/visita/info-act/90-normas>

Las normas de comportamiento y respeto también se aplican en las actividades en el medio urbano, y en cualquier visita a recursos que se programen a lo largo de la jornada (museos, centros, áreas recreativas, etc.).

Y recordar siempre que cuando se planifique una actividad, consultaremos la información previa relacionada con las prohibiciones, limitaciones de tránsito, y cualquier tipo de medida restrictiva que exista. Para ello, los diferentes centros de información (acogida de visitantes, interpretación, turísticos, etc.), son un punto de partida donde acudir para conseguir estos detalles relativos a modificación de trazados, prohibiciones y regulaciones (presencia de ecosistemas frágiles, períodos de caza, eventos deportivos en fechas concretas, etc.), que conviene conocer con antelación.



## ACTIVIDAD 4

Con ayuda de Internet y de la bibliografía de consulta, exponga algún ejemplo de condiciones o especificaciones medioambientales para una actividad de turismo activo.

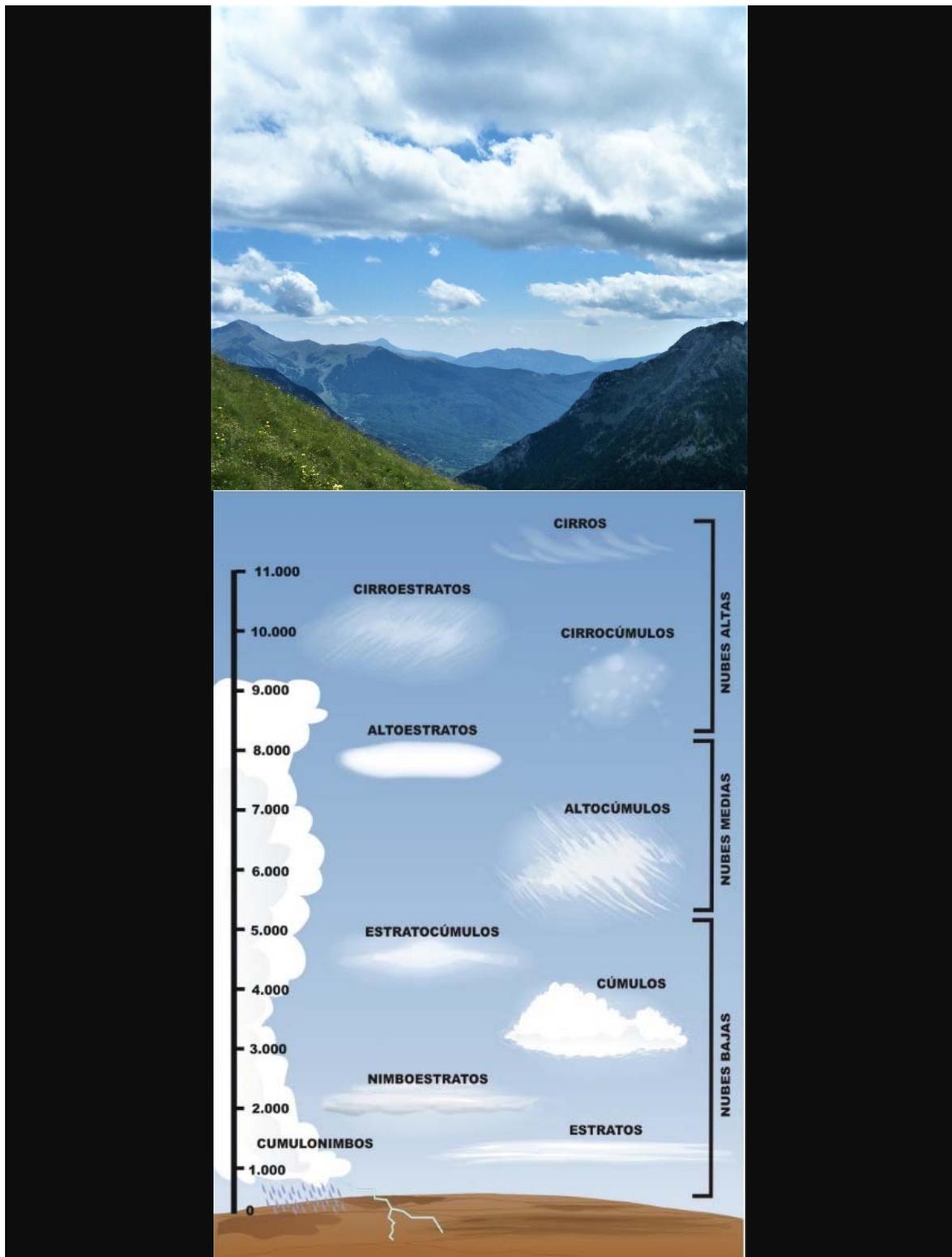
## 4.2. Métodos y canales de información meteorológica.

La consulta de la meteorología debe realizarse siempre que vayamos a planificar una actividad. Como se ha indicado, es preciso tener en cuenta las alertas meteorológicas, en especial, si vamos a desarrollar una ruta en la montaña.

Una de las fuentes oficiales es la **Agencia Estatal de Meteorología - AEMET**, que ofrece información con gran detalle de la predicción de variables meteorológicas como la lluvia, el viento o la temperatura en superficie en períodos de 72 horas con una resolución de 5 km. Es verdad, que estas predicciones en zonas de montaña, por ejemplo, no tienen en consideración ciertos fenómenos locales (variaciones de temperatura en valles cerrados, efecto Föhn).

Si estamos ya en la ruta, es preciso prestar atención a la evolución del día, y estar atentos a cualquier cambio en la nubosidad, y tomar las decisiones oportunas como poner en práctica un plan alternativo que deberemos haber previsto con antelación (modificación del recorrido, refugios cercanos, etc.).

La tecnología aquí, también nos brinda herramientas de aviso o de consulta cuando se aproximan precipitaciones (lluvia y nieve), por ejemplo, **AEMET** o **Eltiempo.es**, tienen una aplicación móvil donde podemos ver imágenes de radar y la información de las alertas en nuestro teléfono.



Las **nubes** pueden proporcionarnos información de utilidad en lo que respecta al tiempo meteorológico durante nuestra jornada.

**Fuente:** recuperado de <https://montanasegura.com/leer-tiempo-nubes2/>

### 4.3. Normas sanitarias, ambientales y de convivencia.

En relación al factor humano, la persona que ejerce de guía de la actividad, debe transmitir al inicio de la actividad las recomendaciones específicas relacionadas con la visita a la zona, las características del itinerario (duración, tiempo, dificultad, respeto por el entorno natural y cultural), la forma en la que se va a desarrollar la actividad (seguros contratados, proceso general de la actividad, paradas establecidas, tiempos de descanso, actividades, comida, etc.), y pautas o normas sanitarias, ambientales y de civismo entre los distintos integrantes de los grupos.

Es preciso incidir en pautas concretas de carácter preventivo con objeto de advertir sobre los cuidados que hay que tener en cuenta: alimentación, hidratación, ropa cómoda, calzado adecuado acorde con el terreno, protección solar, forma de caminar, estiramientos y calentamiento, material en buen estado, etc.

Y a su vez, en los comportamientos y recomendaciones importantes en caso de la aparición de algún tipo de incidencia o problema. La colaboración y apoyo entre los distintos integrantes es fundamental, así como mantener una actitud de escucha y respeto hacia el guía, y a cualquier profesional encargado de las explicaciones en otras visitas que se hayan planificado en la jornada.

Además, hay que transmitir como se viene indicando, normas de protección ambiental dado que estas actividades originan efectos negativos en el medio ambiente (suelo, agua, aire, vegetación, fauna, paisaje, etc.). No sólo se trata de no generar ningún tipo de alteración en el paisaje, en general, se debe mantener un comportamiento respetuoso con todos y cada uno de los elementos del medio natural, paisajístico y cultural. La primera norma de protección medioambiental que conviene tener siempre presente, es el cumplimiento de la normativa ambiental de aplicación, y en su caso, la existencia de los planes especiales de cada zona.

La adecuada **planificación y organización de la actividad** se ha visto que es una buena medida de prevención. Dependiendo de la tipología de los grupos, conviene realizar ajustes en el propio recorrido, limitar el tiempo de excursión cuando se trate de personas mayores, modificar trazados por circunstancias eventuales, etc.

## 4.4. Establecimiento de puntos de referencia ante el extravío.

Entre las pautas a considerar con antelación, se encuentra la previsión en caso de producirse una pérdida o extravío.

Algunas medidas que resultan de utilidad:

- ↪ La actividad se realizará según el plan establecido.
- ↪ Recuentos periódicos de los participantes.
- ↪ Mantener al grupo reunido y extremar la atención en condiciones adversas (niebla, tormentas).
- ↪ Prestar especial atención a las personas de menor condición física.
- ↪ Incidir en la forma de caminar y de marcar un ritmo cómodo y constante para realizar el desplazamiento por los caminos.
- ↪ Establecer puntos y horas de encuentro en caso de que alguna persona se disperse, aunque siempre debe existir una persona responsable que cierra el grupo.
- ↪ Dar pautas para caminar, por ejemplo, las pendientes fuertes es mejor subirlas en zigzag y no en línea recta. En las bajadas flexionar ligeramente las rodillas y mantener la espalda erguida.
- ↪ En zonas pedregosas es preciso aumentar la distancia y prestar especial atención puesto que existe riesgo de desprendimiento y arrastre de la roca.
- ↪ Al finalizar realizar recuento de participantes.
- ↪ Analizar las posibles incidencias registradas para realizar los ajustes y rectificaciones necesarias que puedan contribuir a la mejora de la seguridad.

## 4.5. Seguro civil y de accidentes.

Aparte de tener todas las pautas y consejos que se han visto para evitar que se produzca algún accidente, la persona que actúa como guía o líder del grupo es la responsable civil, y la empresa o entidad responsable debe gestionar las **pólizas de seguro**.

Todas las actividades deben contar con seguro de responsabilidad civil y de accidente, tanto si se desarrolla sólo unos días/año (seguro por días o por semanas) como si las actividades se repiten varias veces a lo largo del año (valoración de un seguro anual).

El seguro de responsabilidad civil cubre los daños personales y/o materiales que la empresa o entidad organizadora, o bien, los participantes pueden causar a terceros como consecuencia de la actividad desarrollada. El seguro de accidentes cubre los daños personales de las personas que participan (muerte, daños, gastos sanitarios, rescate y traslado a centro sanitario).

A la hora de realizar la contratación del seguro, es mejor dirigirse a las compañías que llevan empresas de turismo activo, federaciones de montañas y similares, dado que las del hogar, por ejemplo, pueden contener conceptos algo inexactos en la póliza.

La póliza contratada para una actividad por días, debe reflejar con exactitud: la fecha, hora de inicio, hora de finalización, el ámbito temporal de la cobertura y el ámbito territorial o geográfico, es decir el territorio donde la póliza tiene cobertura (España, Unión Europea, etc.). También se deben definir los asegurados (colaboradores, participantes, etc.), las garantías aseguradas, el capital y las exclusiones.

Otro aspecto esencial, es establecer con total claridad la actividad que se va a realizar, y lo más aconsejable en este sentido, es definir una descripción amplia que abarque diferentes supuestos.