

ACTIVIDAD A REGISTRAR: Montañismo

1. FICHA TÉCNICA DE LA ACTIVIDAD

Región: Metropolitana
Provincia: Santiago
Comuna: Lo Barnechea

Lugar donde se realiza la actividad:

Cerro El Plomo, en sector La Parva de Farellones.

Descripción de la actividad detallando su emplazamiento y características principales:

Nos juntaremos a las 18:00 hrs en el sector de la Parva a unos 40 kms de Santiago y a una altura de 2650 msnm. Nuestra ruta comienza en los estacionamientos de los andariveles, donde realizamos una resumen de la actividad y activación física. El primer día solo llegaremos al final del andarivel que se encuentra luego de una fuerte pendiente, donde pernoctaremos a un costado de la caseta.

Al segundo día nos levantaremos a las 7:00 am, para arreglarnos nuestras cosas para esperar al arriero que llevará nuestras mochilas en sus mulas hasta el campamento Federación. Desde que aquí seguiremos livianos por una gran subida hacia la cima de la falsa Parva. De ahí el sendero sigue con muy poca pendiente hasta el refugio del Pintor, en donde comienza la última pendiente del día, llegando a un costado del mismo cerro, y dar inicio a Canchas de Carreras. Este sector es relativamente plano hasta el portezuelo que se encuentra la bifurcación hacia el cerro Leonera. De acá bajaremos por la derecha en dirección al campamento Federación donde acamparemos previo al ataque a cumbre. Llegaremos alrededor de las 15:00 hrs lo que nos permitirá aclimatarnos a 4.000 msnm y descansar.

El último día estaremos saliendo a las 4:00 am ya desayunados y con equipo liviano. Desde acá iremos siempre en pendiente pasando por sobre la Olla hasta llegar al refugio Agostini donde realizaremos la primera evaluación de los participantes. Luego seguiremos subiendo por los senderos de la derecha evitando los acarrees hasta llegar a la pirca del Indio, donde se ve puede ver gran parte del glaciar y el tramo final.

Al cruzar el glaciar solo falta un acarreo para llegar a la cumbre de 5.524 msnm. Acá los vientos pueden llegar a ser muy fuertes, provocando sensaciones térmicas extremas, lo que definirá el tiempo de permanencia en la cumbre.

La bajada hacia el campamento se realizará por los acarrees para facilitar el descenso. Llegando prepararemos las mochilas para cargarlas en las mulas y comenzamos el retorno al estacionamiento de la Parva.

Duración de la actividad:

Semanas	Días	Horas
	3 días	

Época del año en la cual se realiza la actividad:

Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
x	x	x	x						x	x	x

Limitaciones y/o restricciones de la actividad a los participantes tales como : condición física, salud y otros:

- Discapacidad física que les dificulte el desplazarse de manera normal y funcional, o que les impida el uso de bastones de trekking
- Embarazadas
- Personas con enfermedades cardiovasculares severas
- Obesidad
- Asistir bajo efectos de droga y alcohol

Experiencia y capacidad técnica requerida a los participantes:

Es necesario estar físico y mentalmente preparado para una actividad física exigente y de larga duración. Debe haber realizado un ascenso sobre 4.000 msnm, semanas previas a esta actividad. Deben contar con experiencia previa en trekking o montañismo y realizar actividad física con frecuencia.

Edad de los participantes:

Mínima: 18 años

Máxima: 75 años

Indicaciones de la ropa y equipo personal con el que deberán contar los participantes, en forma individual:

Ir con botas de montaña. Dos pares de calcetines térmicos. Pantalón de trekking (windstopper o llevar cubre pantalón), primera capa inferior y superior respirables. Segunda capa superior termica o polar, chaqueta de plumas o sintética y cortaviento. Bastones de trekking, guantes de montaña (dos capas o mitones), gorro, bandana o balaclava. Bloqueador solar, jockey y lentes de sol.

Mochila sobre 60 lts, carpa, saco de dormir -10, colchoneta, cocinilla, botella de litro, linterna frontal e implementos de camping.

Indicaciones de la ropa y equipo personal con el que deberán contar los guías, en forma individual:

Ir con botas de montaña. Dos pares de calcetines térmicos. Pantalón de trekking (windstopper o llevar cubre pantalón), primera capa inferior y superior respirables. Segunda capa superior termica o polar, chaqueta de plumas o sintética y cortaviento. Bastones de trekking, guantes de montaña (dos capas o mitones), gorro, bandana o balaclava. Bloqueador solar, jockey y lentes de sol.

Mochila sobre 60 lts, carpa, saco de dormir -10, colchoneta, cocinilla, botella de litro, linterna frontal e implementos de camping.

Botiquín de primeros auxilios y radios

	Sí, cuenta con seguros	No, no cuenta con seguros
Disponibilidad de seguros		x
Detalle de los seguros		x

Detallar los servicios incluidos en la actividad:

1. Servicio guiado durante toda la jornada
2. Bastones de trekking
3. Dos guías comunicados por radio
4. Registro fotográfico
5. Botiquín de primeros auxilios grupal
6. Porteo de equipo

Detallar los servicios NO incluidos en la actividad:

1. Alimentación o agua
2. Equipo
3. Seguros
4. Transporte
5. Propinas

	Mínimo	Máximo
Número de participantes	3	8
Número de guías	1	2

Indicación de las acciones que deberá seguir el participante para el buen desarrollo de la actividad:

1. Debe respetar y seguir las indicaciones del guía en todo momento.
2. Respetar a todas las personas del grupo por igual
3. Respetar y cuidar la flora y fauna del sector y medio ambiente en general
4. Tener conductas que propicien un ambiente grato entre los participantes
5. No consumir alcohol, drogas o tabaco durante la actividad
6. No asistir con dispositivos tecnológicos que provoquen ruido ambiental como parlantes y drones.
7. Participar en pro del grupo y del trabajo en equipo; apoyarse, ayudar al otro, no dejar a nadie atrás.

2. PLAN DE PREVENCIÓN Y MANEJO DE RIESGOS

2.1 Criterios para evaluar el nivel de riesgo en el desarrollo de la actividad

Identificación de los riesgos asociados a la actividad

	Riesgos de la actividad asociados al entorno o medio natural	Causas	Consecuencias	Medidas de control, reducción, mitigación y/o respuesta
	Caidas	No utilizar zapatos acorde a la actividad	Lesión abrasiva, sangramiento superficial	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de bastones de trekking - Acompañamiento en la subida y bajada - Marcar ruta sin mayores obstáculos
	Congelamiento	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exceso de confianza 2. No tener equipo adecuado 3. Uso inadecuado de equipo de protección individual 4. Factores psicológicos 	Muerte o pérdida de extremidades	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar equipo de abrigo extra de los guías - Aplicar técnicas de calentamiento para extremidades - Buscar refugio del frío o viento
	Exposición solar o radiación	No usar la protección solar de distinto tipo, no contar con suministro de agua	Deshidratación, insolación, cáncer a la piel, envejecimiento prematuro de la piel	<ul style="list-style-type: none"> - Proporcionar bloqueador solar y equipo de protección - Hidratar con agua - Buscar refugio del sol

	Mal de altura	<ol style="list-style-type: none"> 1. Exceso de confianza 2. No tener equipo adecuado 3. Uso inadecuado de equipo de protección individual 4. Factores psicológicos 	Paro cardio respiratorio, taquicardia, vómito, muerte	<ul style="list-style-type: none"> - Reposar y evaluar síntomas - Descansar, comer e hidratar si es necesario - Tomar medicamento - Bajar a menor altitud
	Derrumbres	No estar atento a las condiciones del terreno	Muerte, aplastamiento, fracturas y hematomas	<ul style="list-style-type: none"> - Mantenerse alejado del sector de riesgo - Caminar siempre por los senderos
	Caída diferente o mismo nivel	No utilizar bastones de trekking, no estar atentos a las condiciones del terreno	Hematomas, contusiones, esguinces, sangramiento, muerte	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizar bastones de trekking - No salirse del sendero demarcado - Reposar y evaluar los daños
	Reflejo de la nieve	No uso de antiparras o lentes	Resequedad, molestia o ceguera temporal	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de lentes o antiparras - Reposo y monitoreo

	Riesgos de la actividad propiciados por las personas	Causas	Consecuencias	Medidas de control, reducción, mitigación y/o respuesta
	Malestar al caminar	Zapatos nuevos	Heridas leves, ampollas	<ul style="list-style-type: none"> - Usar protección para evitar la ampolla - Usar kit de primeros auxilios
	Sobre esfuerzo	Clientes inexperto, mala elección de la actividad, no tener condición física	Paro cardio respiratorio, mareos, desmayo, vómito	<ul style="list-style-type: none"> - Reposar y evaluar síntomas - Descansar, comer e hidratar si es necesario

	Estrés relacionado a la actividad	Baja capacidad de autocontrol	Crisis de pánico, síntomas de angustia y ansiedad	<ul style="list-style-type: none"> - Contención emocional - Dar espacio y tiempo para descansar - Apoyo y acompañamiento
	Anergia, agotamiento	Falta de comida o agua mínima	Deshidratación, mareos, dolor de cabeza, temblores físicos	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentar o hidratar si es necesario - Descansar y reposar - Monitorear

Identificación y evaluación de los riesgos en la práctica de la actividad

	Mínimo	Máximo
Número de participantes	3	8
Número de guías	1	2

Indique otros requisitos o condiciones relevantes para la realización de la actividad

Que el clima sea propicio para la actividad, es decir, que no esté pronosticado lluvia, olas de calor o vientos extremos.

Que se inscriba el mínimo de participantes.

Identifique condiciones que afectarían el desarrollo de la actividad (indicar y precisar si corresponde): condiciones meteorológicas, geográficas y similares:

1. Lluvias fuertes
2. Olas de calor
3. Derrumbes antes y durante la actividad
4. Accidentes mayores que impliquen evacuación
5. Emergencias personales de los participantes, impostergables

Idiomas en los cuales se ejecuta la actividad

x	Inglés		Portugués		Alemán
	Francés		Italiano	x	Otro

El desarrollo de la actividad contempla transporte?

No

Si la respuesta es sí, identificar riesgos asociados al medio de transporte:

- 1.
- 2.
- 3.

Cantidad de vehículo a utilizar

Marca del vehículo	Modelo del vehículo	Año del vehículo

Los vehículos cumplen con la normativa vigente?

Identificar los criterios para suspender la actividad (considerando condiciones del entorno, guías o participantes)

1. Lluvias fuertes
2. Olas de calor
3. Derrumbes antes y durante la actividad
4. Accidentes mayores que impliquen evacuación
5. Emergencias personales de los participantes, impostergables

Determinar la forma en que se proveerá equipo de seguridad a los participantes:

Se les proporcionará bastones de trekking, previo a iniciar la actividad, como equipo de seguridad, indicando el modo de utilizarlo y la importancia del mismo.

Determinar la forma en que se proveerá equipo de primeros auxilios en caso de accidentes:

Cada guía cuenta con un botiquín de primeros auxilios, con los implementos necesarios para zonas agrestes.

	Sí	No
Cuenta con sistema de comunicación a emplear durante la actividad?	x	
Especificar los sistemas de comunicación	Talkabout Motorola T260 Radio UHF con frecuencia 465 MHz	

	Sí	No
Cuenta con un procedimiento documentado para registrar incidentes y/o accidentes?	x	

3. PLAN DE RESPUESTA FRENTE A SITUACIONES DE EMERGENCIA

Identificación de los responsables de implementar el Plan de Respuesta frente a las Situaciones de Emergencia

	Nombre	Cargo	Rol en procedimientos de emergencia
1	Vicente Verdugo Poblete	Guia	Lider de emergencia
2	Javiera Vidal Swett	Guia	Encargada suplente

	Sí	No
Cuenta con sistema de comunicación en caso de emergencia?	x	
Especificar los sistemas de comunicación a emplear en caso de emergencias	Talkabout Motorola T260 Radio UHF con frecuencia 465 MHz	

Detalle forma o procedimiento para proveer los primeros auxilios:

1. Los guías de cada actividad, evaluarán la situación de emergencia de acuerdo a los conocimientos del curso de primeros auxilios WAFa
2. Según el diagnóstico preliminar, se tomarán las decisiones correspondientes según la gravedad del accidente

Accidente Leve: Vómitos, dolores leves, fatiga, contusiones, picaduras, heridas leves

Acción: utilizar los implementos de primeros auxilios, para aliviar el malestar y continuar con la actividad.

Accidente Crítico: Luxaciones, caídas de distinto nivel, sangramiento nasal, dolor estomacal

Acción: utilizar los implementos de primeros auxilios y evacuaremos rápidamente, para llevarlo al centro asistencial más cercano

Accidente Grave: Politraumatismo, fractura expuesta, hemorragia interna, shock, quemaduras

Acción: utilizar los implementos de primeros auxilios y evacuaremos rápidamente, para llevarlo al centro asistencial más cercano

Procedimientos de evacuación de emergencia, incluyendo medios para trasladar a una persona enferma o accidentada a un centro de atención médica, considerando la posición geográfica, distancia, dirección a partir a punto del siniestro, vías de evacuación y medios de transporte para hacerlo (vehículo, avión, embarcación, u otros)

1. Elementos Disponibles

Según la gravedad del accidente, utilizaremos el equipo que tengamos a disposición como mochila, bastones, vendas, cordines, con el fin de asegurar y/o inmovilizar al accidentado

2. Transporte primario

Con ayuda de todos los participantes de la actividad, movilizaremos al accidentado hasta el transporte secundario. En caso de que la persona al moverse, pusiera en riesgo su vida o empeorara la gravedad de las consecuencias, se intentará solicitar traslado aéreo,

3. Transporte secundario

Se trasladará al accidentado, en vehículo particular de cualquiera de los participantes, al centro médico más cercano

4. Destino del transporte

Centro médico más cercano o que la persona refiera que es

5. Comunicación

En primera instancia, intentaremos contactar a los teléfonos de emergencias desde el celular.

En segunda instancia, usaremos los radios para contactar señales a las que podamos solicitar ayuda. Y como última instancia, uno de los guías bajará para captar señal y pedir el apoyo necesario

Identificación y ubicación de los organismos y personas a contactar en caso de emergencias

Nombre institución u organismo	Teléfono de institución u organismo
Socorro Andino	226994764
Rescate Aereo	138
Retén Farellones	229222835

Detalle los procedimientos de búsqueda:

1. Chequeo de lugares habituales: volver a pasar por lugares que recorrimos durante la actividad, y sectores recurrentes
2. Definición de la búsqueda: se divide al grupo según número de guías y radios, para iniciar búsqueda, mientras solicitamos apoyo a equipo especializado

Los pasos siguientes, serán definidos por equipos de búsquedas especializados

3. Tipo de búsqueda: terrestre y aérea. Definición de sistemas
4. Definición de patrullas
5. Organización y coordinación
6. Logística: qué tenemos, qué necesitamos

Detalle los procedimientos de rescate:

Siempre se evaluará si existe peligro o no para los otros participantes. Se buscará que todos se mantengan unidos, y en un mismo espacio, mientras contactamos a equipos de rescate especializados, quienes evaluarán los pasos a seguir

1. Tipo de rescate: peligro inmediato para rescatistas, observadores y pacientes
2. Tipo de terreno
3. Gravedad de los rescatados
4. Cantidad y calidad de personal entrenado
5. Urgencia de la acción

Detalle protocolo a seguir en la gestión y manejo básico de crisis:

1. Relajar al cliente
2. Frenar los pensamientos negativos
3. Usar frases tranquilizadoras
4. Ayudar al cliente a aceptar sus emociones

Detalle las medidas de seguridad y procedimientos en caso de incendio según el lugar en donde se desarrolle la actividad:

Antes: No realizar fogatas. Apagar por completo cigarrillos y fósforos y no arrojarlos al suelo

Durante: si se observa humo en alguna zona o cerro cercano, el guía a cargo activará ala de respuesta a las emergencias.

- Evacuar inmediatamente el área del incendio
- Alejarse de la dirección del propagación del fuego, por lo menos unos 30mts
- No intentar apagar el fuego con ramas u objetos que puedan acrecentar su propagación
- En caso de que no sea posible evacuar, buscar refugio en un área despejada de vegetación, acostarse en el suelo y cubrirse el cuerpo con ropa seca o tierra, respirando muy cerca del suelo, a través de un paño para evitar quemadura en los pulmones o inhalar humo.
- Si alguna persona se está quemando cerca, envolver con una manta y hacer rodar por el suelo hasta que el fuego se apague.
- Mantenerse atento a la dirección de propagación del incendio. Nunca dar la espalda al fuego

Después: Tener cuidado al volver a entrar en un área natural quemada. Los sitios calientes pueden volver a prenderse sin previo aviso.

- Entregar la mayor información de lo sucedido, a carabineros, bomberos o Conaf.
- Realizar una evaluación de la situación de los clientes y facilitar apoyo.

Detalle las medidas de seguridad y procedimientos en catástrofes naturales según el lugar donde se desarrolle la actividad:

Aluvión

- Antes: informarse acerca del estado del tiempo y llevar elementos de comunicación.
- Durante: alejarse de la trayectoria del aluvión. Dirigirse rápidamente al lugar en altura, mas cercano. Si las rocas o escombros están acercándose, correr al refugio mas próximo.
- Después: mantenerse alejado del área de derrumbe, ya que se podrían generar aluviones adicionales. Volver al hogar, solo cuando las autoridades lo indican.

Incendio forestal

- Antes: No realizar fogatas. Apagar por completo cigarrillos y fósforos y no arrojarlos al suelo
- Durante: si se observa humo en alguna zona o cerro cercano, el guía a cargo activará ala de respuesta a las emergencias. Evacuar inmediatamente el área del incendio. Alejarse de la dirección del propagación del fuego, por lo menos unos 30mts. No intentar apagar el fuego con ramas u objetos que puedan acrecentar su propagación. En caso de que no sea posible evacuar, buscar refugio en un área despejada de vegetación, acostarse en el suelo y cubrirse el cuerpo con ropa seca o tierra, respirando muy cerca del suelo, a través de un paño para evitar quemadura en los pulmones o inhalar humo. Si alguna persona se está quemando cerca, envolver con una manta y hacer rodar por el suelo hasta que el fuego se apague. Mantenerse atento a la dirección de propagación del incendio. Nunca dar la espalda al fuego
- Después: Tener cuidado al volver a entrar en un área natural quemada. Los sitios calientes pueden volver a prenderse sin previo aviso. Entregar la mayor información de lo sucedido, a carabineros, bomberos o Conaf. Realizar una evaluación de la situación de los clientes y facilitar apoyo.

Terremoto

- Antes: el guía a cargo busca lugares seguros, libres de arboles o caídas de rocas.
- Durante: el guía debe contener y dar calma al inicio del sismo.
- Después. Estar preparado para los temblores posteriores o replicas

5. REQUISITOS DE EQUIPAMIENTO

Cuenta con un procedimiento documentado que cumpla con los requisitos de equipamiento exigidos por el Decreto N19 / 2018, artículo 34, numeral 3.1?

Cuenta con un plan documentado de mantenimiento de equipos según lo exigidos por el Decreto N19 / 2018, artículo 34, numeral 3.2?