

TEMA: PELIGROS RELACIONADOS CON FENÓMENOS METEOROLÓGICOS

INDICE

Introducción

1. EL rayo: concepto, prevención y actuación
2. Bajas temperaturas, humedad y viento: concepto, prevención y actuación
3. La niebla: concepto, prevención y actuación
4. Precipitaciones atmosféricas: concepto, prevención y actuación
5. Radiaciones solares: concepto, prevención y actuación

Introducción

Las malas condiciones meteorológicas pueden implicar la exposición a numerosos peligros causados por el frío, la lluvia, el viento, la niebla, etc.

Es importante que conozcamos:

- Los peligros
- Su prevención como base de la seguridad
- Como actuar si estos ocurren

Peligros objetivos (derivados de procesos naturales):

No podemos evitar que sucedan, pero sí valorar la información que tengamos disponibles además de nuestros conocimientos y experiencia, para poder evitar ser víctima de esos procesos naturales. Donde sí tenemos verdadero protagonismo, es en evitar o paliar los peligros subjetivos, que pueden provocar accidentes por sí mismos, o exponernos a peligros Objetivos.

- **El rayo**

Es una descarga eléctrica que se produce durante una tormenta con origen en una nube, llegando a tierra.

En situación tormentosa el aire se ioniza, dejando de ser aislante para convertirse en conductor.

Al caer un rayo en un punto, esta electricidad se irradia disminuyendo el peligro a medida que aumenta la distancia al punto de impacto.

PREVENCIÓN:

Ver boletín meteorológico

Observación de indicios naturales

Cambiar si fuese necesario el itinerario a zonas menos expuestas.

Tener en cuenta que si el tiempo entre visualización del rayo y trueno disminuye es sinónimo de acercamiento de la tormenta.

ACTUACIÓN:

En el campo, evitar puntos prominentes como árboles, rocas y chozas aisladas (los pequeños edificios sin proteger: refugios, cabañas, así como las tiendas de campaña no ofrecen apenas protección), así como superficies de agua, ríos, lagos y mar.

En la montaña, descender a valles o vaguadas, lejos de cimas y crestas. Si es posible, buscar refugio en un bosque denso, lejos de árboles sobresalientes. En zonas más altas, una pedriza a media ladera puede servir de refugio en casos extremos.

Dispersarse, no correr y esperar aislado.

El separar los puntos de apoyo puede producir un puente por diferencia de potencial (no andar). Abarcar la menor distancia posible, agacharse y mantenerse sentado sobre objetos aislantes y si es posibles secos, como mochila, saco, etc. Si es posible ligeramente elevado.

Mantener los pies juntos y manos alejadas del suelo.

Evitar contacto directo con metales del equipo (no atraen el rayo pero pueden aumentar el peligro de corrientes inducidas, son pequeñas pero sumadas a corrientes de tierra pueden ser la diferencia entre la vida y la muerte).

Si nos metemos en una cueva que sea grande, alejándonos de la entrada, paredes y techo, evitaremos de esta manera actuar como puente para el rayo (respetar distancia de seguridad; mínimo 2 metros). Fijarse que no sea la zona inferior de un desagüe.

Permanecer en lugares protegidos, como edificios grandes o con pararrayos. Los automóviles, trenes y barcos son lugares seguros, siempre que estén cerrados.

En las casa de campo no protegidas cerrar puertas y ventanas, alejarse de las chimeneas, quitar los fusibles y no pisar los suelos húmedos. No usar el teléfono.

No circular en bicicleta, motocicleta, tractores u otros vehículos abiertos, así como en pequeñas embarcaciones no protegidas.

En zonas urbanas, evitar la proximidad de las farolas, alambradas metálicas, muros húmedos, etc. Así como las zonas abiertas, aparcamientos, parques, campos deportivos, piscinas.

Hay que recordar que el rayo afecta al sistema nervioso, provocando parada cardiorrespiratoria. La reanimación a tiempo con respiración artificial puede salvar una vida.

- **La niebla:**

Son nubes bajas que disminuyen la visibilidad, provocando la pérdida de puntos de referencia dificultando la orientación.

PREVENCIÓN:

Ver boletín meteorológico.

Tener en cuenta la climatología local, hay lugares típicos de intensas nieblas.

En la preparación del itinerario, tener previstos escapes y líneas fáciles de seguir con mala visibilidad (crestas, ríos, etc.) y que no tengan otros peligros.

No realizar la actividad si no existen referencias claras que impidan perdernos.

ACTUACIÓN:

En caso de estar totalmente desorientados, permanecer en el lugar y esperar a que algún claro nos permita tener referencias.

Utilizar técnicas de orientación con mala visibilidad (verificar en la medida de lo posible altitud, rumbo y mapa), el GPS en estas condiciones resulta de gran ayuda.

No perder contacto visual entre componentes del grupo.

Utilizar emisores sonoros (silbatos).

Intentar seguir puntos de referencia claros como ríos, crestas, líneas eléctricas, etc.

- **Bajas temperaturas, humedad, viento:**

Las bajas temperaturas, asociadas a la humedad y al viento, producen una pérdida de calor corporal tanto de las zonas periféricas del cuerpo como del calor corporal central; también puede provocar posibles fallos en nuestros equipos auxiliares (linternas, emisoras, etc.) y hacer variar las condiciones del terreno.

PREVENCIÓN:

Conocer las previsiones meteorológicas.

Vestimenta adecuada a la época del año, a la altitud y latitud.

Recordar que por la cabeza se puede llegar a perder el 30% del calor corporal.

El viento aumenta de forma exponencial los efectos del frío.

La humedad acrecienta sus efectos, llevemos ropa de repuesto (calcetines, camiseta, etc.).

Llevar ropa impermeable que nos proteja del viento y del agua.

Protejamos de los elementos los materiales que pudiesen fallar por efecto de los mismos.

ACTUACIÓN:

Vistámonos de forma adecuada.

Evitemos en la medida de lo posible zonas desprotegidas (mesetas, páramos, collados, etc.)

Realicemos nuestros descansos en zonas protegidas.

Tener especial cuidado en los terrenos afectados por el frío y el viento.

- **Precipitaciones atmosféricas:**

El agua que hay en la atmósfera en forma de vapor de agua se satura y condensa, formando nubes que en situación de inestabilidad atmosférica producen lluvias, granizo o nieve en función de la temperatura ambiente.

PREVENCIÓN:

Consultar la previsión meteorológica.

Adecuar la salida a las condiciones previstas.

Llevar equipo adecuado.

ACTUACIÓN:

Tener en cuenta posible desorientación.

Que las condiciones adversas no produzcan dejadez.

Protejamosnos de las inclemencias.

Las precipitaciones atmosféricas pueden producir crecidas de ríos, terrenos resbaladizos, etc. Estemos atentos.

- **Radiaciones solares:**

Los rayos solares pueden producir daños en nuestra piel, ojos, etc. A la vez producen una mayor deshidratación en nuestro organismo. En montaña estos efectos son mayores al disminuir con la altura la protección.

PREVENCIÓN:

Vestimenta adecuada que nos cubra la mayor superficie del cuerpo posible.

Llevar cremas protectoras, gafas de sol y agua en abundancia.

ACTUACIÓN:

Beber con frecuencia.

Usar cremas solares con buena protección.

Ponerse gafas y gorro.

Preguntas:

1. EL rayo: concepto, prevención y actuación
2. Bajas temperaturas, humedad y viento: concepto, prevención y actuación
3. La niebla: concepto, prevención y actuación.
4. Precipitaciones atmosféricas: concepto, prevención y actuación
5. Radiaciones solares: concepto, prevención y actuación