

## Lecciones

### Aprendidas

**Título:** Perdidos dos noches bajo una tormenta de nieve y niebla densa en el Pirineo oriental catalán.

**Motivo del análisis:** Hipotermia y congelaciones en el Pirineo Catalán.

#### INTRODUCCIÓN:

#### **MARCO GEOGRÁFICO:**

**El Puigpedrós** (nombre preferente utilizado en la Baja Cerdaña), o **Puig de Campcardós** (nombre habitual en la Alta Cerdanya), es una montaña de 2.915 metros de altitud situada entre los municipios de Ger, Guils de Cerdanya y Meranges, en la comarca de la Cerdanya al norte de Cataluña. Desde el punto de vista orográfico está situado en el Pirineo Oriental.



En [elsperdutscat.blogspot.com](http://elsperdutscat.blogspot.com) se puede encontrar esta cita sobre la ascensión a este pico pirenaico que dice *“El Puigpedros es la montaña más alta de Girona, para llegar a su cima de 2.914 metros solo hay que andar y andar sin ninguna dificultad técnica a destacar, tal vez el que sea una ascensión tan fácil es lo que hace que montañeros se vean en verdaderos problemas por menospreciar esta cima”*.

**LA CIMA DEL PUIGPEDRÓS. UNA GRAN LOMA A CASI TRESMIL METROS DE ALTITUD.**

#### **CONDICIONES AMBIENTALES (según la relatora):**

La previsión meteorológica no era favorable, por la mañana se esperaba una ligera llovizna y era altamente probable un empeoramiento del tiempo a partir de mediodía con bajadas fuertes de temperaturas y posibilidad de nevadas copiosas en toda la comarca de la Cerdanya.

Aun así salimos desde Sabadell con el coche, donde ya lloviznaba, para ir al lugar ya que pensamos que por lo menos si no podíamos hacer la ruta podríamos ver el paisaje tan espectacular de la zona. Dos amigos que nos iban acompañar no se vinieron cuando vieron la previsión.

Tengo que decir que ya habíamos realizado excursiones similares con una previsión como la esperada y no se materializó tan drásticamente, pensamos que esta vez también podría pasar lo mismo. Por esto decidimos intentarlo aún con la méteo tan desfavorable.

Al final, no solo se cumplió la previsión, sino que la nevada que nos cayó se catalogó como una de las más virulentas de inicio de temporada invernal en montaña (27 de Octubre de 2018) de los últimos años, precipitaciones de golpe de más de un metro de nieve en la cima y las temperaturas en las dos noches que pasamos a la intemperie fueron de  $-8^{\circ}\text{C}$  y  $-12^{\circ}\text{C}$ . Salimos del refugio prácticamente en una situación de terreno seco y en cuestión de tres horas todo estaba nevado con espesores de más de 20 centímetros. Todo esto acompañado de una fuerte niebla que no nos dejaba ver más allá de unos pocos metros.

## CARACTERISTICAS PERSONALES DE LOS IMPLICADOS:

Un hombre y una mujer que habitualmente salen a prácticas de montaña y excursionismo juntos. El varón tenía 55 años, más aventajado y experimentado, llevaba unos 15 años haciendo montaña estival e invernal, así como de forma esporádica escalada en los Pirineos, y la chica, de 47 años, solo llevaba 3 años haciendo montañismo y excursionismo básico.

## CARACTERISTICAS DE LA RUTA:

**Pico:** Puigpedrós (2.915m)

**Duración:** Día completo

**Tiempo total efectivo (sin paradas):** 6:00h  
en total: 3:45h desde el aparcamiento del refugio de Malniu hasta la cima del Puigpedrós y 2:15h desde este punto hasta el refugio de Malniu.

**Desnivel acumulado:** 900m

**Dificultad:** Alta. *Ruta que a pesar de no presentar ninguna dificultad técnica transcurre por terreno de alta montaña, con condiciones meteorológicas muy cambiantes.*

**Época:** Todo el año. En invierno hay que ir equipados con raquetas de nieve y/o esquís, piolet y crampones, y la dificultad técnica aumenta considerablemente.



## RELATO DE LOS HECHOS:

Un sábado 27 de octubre del 2018, mi compañero José y yo decidimos hacer una excursión al Puigpedros, un pico de 2915 metros de altitud del Pirineo oriental catalán. Aunque la previsión meteorológica revisada no era favorable emprendimos el viaje desde Sabadell, donde lloviznaba, hasta el refugio de Malniu de todos modos ya que esperábamos que la previsión no se cumpliera y que nos diera una opción de realizar nuestro objetivo. Cabe resaltar que dos amigos que nos iban acompañar en la excursión al ver la previsión decidieron quedarse en la ciudad.

Una vez en el refugio, aparcamos en el parking y hablamos con la responsable del refugio para preguntar por las rutas y sus condiciones de terreno. Ésta nos dijo que la ruta se podía hacer y que seguramente encontraríamos gente en el camino. Eso sí, nos dijeron que si nevaba seguramente no podríamos bajar con el coche ya que la carretera permanecería cerrada ya que el quitanieves de la zona estaba estropeado. Pensamos un rato qué hacer, y al final decidimos intentar la ruta, pagamos el parking y con la ayuda de un mapa de la zona que nos facilitaron en el refugio emprendimos el ascenso.

Empezamos la ruta lloviznando pero con buena visibilidad, además mi compañero se había descargado la ruta del ascenso y descenso del Puigpedros del wikiloc en su teléfono móvil por si nos pedíamos. Era una precaución que solíamos tomar en este tipo de rutas de alta montaña. Confiados en nosotros mismos por la sencillez de la ruta y nuestro equipo salimos de camino.



La previsión horaria de la ruta



era de unas tres horas aproximadamente. Todo fue bien, encontramos en la subida algo de nieve recién caída que lejos de echarnos para atrás nos motivó más aún ya que el paisaje nevado nos embriagaba. Sentíamos que estábamos donde nos gustaba estar.

Llegando a la cumbre empezó a nevar con contundencia, pero la visibilidad seguía siendo buena, por lo que no nos

preocupó demasiado y decidimos hacer cumbre ya que estaba tan cerca. El paisaje en la cumbre había cambiado, estaba totalmente nevado, un espesor de unos 10-15 centímetros, el valle aparecía totalmente tapado por la niebla y nevaba bastante.

Nada más empezar el descenso, una niebla densa nos rodeó. Entonces la visibilidad se hizo escasa. En este momento nos dimos cuenta que la situación empezaba a ponerse complicada y en nuestra contra. En un instante la visibilidad era pésima, y no solo no teníamos referencias visuales del entorno para orientarnos para decidir si la dirección que llevábamos de bajada era correcta, sino que además la traza del sendero estaba totalmente tapada por la nieve.

Fue cuando mi compañero se puso a utilizar el GPS del teléfono móvil utilizando la aplicación de wikiloc para poder orientarnos con el track, pero el teléfono se quedó sin batería. Sacó la batería de reserva externa que llevaba pero no tenía carga, las llevaba en los bolsillos de la mochila y el frío la descargó. Entonces saqué mi teléfono para intentar bajarme la app de wikiloc y el track, pero no tenía buena cobertura con lo que no pude conseguirlo.

Viendo que nos era imposible orientarnos por falta del GPS en un lugar inundado por la niebla y viendo que estábamos extraviados decidimos pedir ayuda por teléfono. En un primer momento no tenía cobertura pero pude establecer una llamada con el 112. En la llamada pudimos avisar de nuestra situación, que íbamos equipados con comida y agua.

Nos dijeron que en unos minutos nos mandarían un mensaje por WhatsApp para intentar localizarnos con el GPS. En ese momento pensé que en el lugar donde estábamos la cobertura era escasa para poder recibir y mandar la localización por el WhatsApp y pensé que deberíamos volver a un punto más alto para conseguir cobertura de datos. Pero para mí desesperación, nada más colgar se me cayó el móvil de la mano en la nieve recién caída donde se hundió y por mucho que lo intenté no pude encontrarlo.

Este fue un gran golpe para nuestras esperanzas de poder ser ayudados. Desde la creciente desesperación, intentamos mantener la calma, éramos conscientes en que estábamos en una situación delicada y todo se volvía a nuestra contra, pero sabíamos que perder la tranquilidad no nos ayudaría, sino todo lo contrario.

En ese momento, decidimos perder altura rápidamente aun saliéndonos de la probable ruta. Bajamos por lo que se intuía un valle con la esperanza de que aumentarán las probabilidades de encontrar un refugio. Y así fue, encontramos dos rocas juntas donde pudimos refugiarnos entre ellas del viento y la nieve, montamos un vivac de emergencia tapando los agujeros y huecos para evitar corrientes de aire y cortamos un chubasquero grande tipo poncho para usarlo de cortina frontal.

Además, improvisamos sacándonos el calzado y quitándonos los calcetines para proteger del frío los pies con el papel de plata de los bocadillos, los enrollamos en los pies. Además



metimos las extremidades en bolsas de plástico y luego dentro de las mochilas. La noche cayo en nuestro improvisado refugio, no conseguimos dormir en toda la noche, no podíamos porque el frio no nos dejaba y teníamos que movernos para intentar mantener el calor. Esta primera noche aunque con frio la pasamos bastante bien.

Pasamos la noche esperanzados en que al día siguiente todo estaría despejado, pero la cosa no fue así. A la mañana siguiente, después de toda la noche nevando, la niebla seguía densa, nuestra esperanza de recibir ayuda se vino abajo, ya que sabíamos que no podrían salir los helicópteros por la espesa niebla. Aun así nos volvimos a esperar pensando que al medio día sí que despejaría. Pero tampoco fue así: toda la mañana se mantuvo una cúpula a nuestro alrededor de niebla densa acompañada de frio, nieve y viento.

Entonces, decidimos abandonar el refugio y volver al punto de la ruta que habíamos abandonado la tarde anterior ya que pensábamos que si nos buscaban seria en el camino que dijimos tomar y no en un valle anexo. La vuelta en un principio se convirtió en un ascenso peligroso, caminábamos sin poder ver y desorientados, no se veía ningún tipo de marca que nos situara en el itinerario, solo se vislumbraban monolitos con medio metro de nieve encima.

Era imposible orientarse con esas condiciones, por lo que caminamos sin dirección sin parar hasta caer de nuevo la noche. En este momento, mi compañero estaba con severos síntomas de hipotermia y empezaba a tener alucinaciones. Yo intente hacerle de soporte moral y guía para seguir adelante porque yo estaba algo mejor, no quería perder la esperanza.

Ya, a última hora de la tarde, necesitábamos descansar pero en donde estábamos no había nada donde refugiarse, todo era una explanada de nieve y piedras. Encontramos otro valle donde parecía avistarse lo que parecía una casa de pastores (vimos como una especie de construcción con nieve en el techo). Decidimos bajar una pendiente muy peligrosa, encontramos un rio que había que cruzar para llegar al ansiado refugio, por el cansancio y por pensar que llegábamos a un refugio tomamos la decisión de vadearlo por dentro del agua, no nos molestamos en buscar un paso por donde no nos mojáramos los pies. En pocos segundos las botas mojadas se nos congelaron, y lo peor estaba por llegar porque al llegar a lo que parecía una caseta con el tejado nevado, encontramos una gran roca oscura cuadrada con la cima cubierta de nieve.

Con este panorama empezamos a buscar otro refugio, pero no estábamos teniendo la misma suerte del sábado. Finalmente encontramos una roca que nos podría proteger un poco de la intemperie, pero mi compañero ya no podía estar más de pie, estaba extenuado, así que decidimos que tendríamos que conformarnos. Mi compañero se tumbó sobre la mochila para descansar.

Pensé en no quitarme las botas congeladas, pero empecé a sentir un hormigueo por lo que tomé la decisión de quitármelas. Fue una tarea muy complicada ya que estaban completamente congeladas y no podía desabrocharlas. Lo intenté con todas mis fuerzas hasta

que logré sacarla, corté una camiseta con la que me enrollé los pies y guardé las mangas para hacer unos calcetines para el día siguiente. Mi compañero no se vio con fuerzas para sacarse las botas.

Pasamos la noche realmente mal, tiritando y con mucho frío, cuando amaneció vimos, sentimos, lo que parecían síntomas visibles propios de congelación en los pies. Saqué unos guantes para masajear uno de mis pies y, masajear las piernas de mi compañero para suavizar los calambres que sufría al intentar moverlas, algo que causó que se me congelara un dedo de la mano.

Esa mañana dentro del refugio improvisado desde donde no podía ver el exterior sentí que la histeria empezaba a apoderarse de mí, pero cuando apartamos el chubasquero que usamos de cortina vimos un paisaje maravilloso, deslumbrante, lleno de visibilidad, que me dejó un par de minutos en trance, a pesar de estar allí perdida y con nuestras vidas en peligro de muerte. Pensé que ese lugar era precioso, sentí mucha paz durante unos instantes.

Cuando volví a la realidad, vi que perder la esperanza no serviría de nada, no nos ayudaría. Así que me puse los calcetines improvisados con pedazos de tela, mi compañero ya tenía las botas puestas, comimos un pedazo de bocadillo congelado e intentamos proseguir. Le dije a mi compañero que hasta aquel momento todo nos había salido mal, pero que ese lunes nos pasaría algo bueno porque el día amanecía soleado y si no fuese así, moriríamos caminando y no estando parados.

Empezamos a caminar, en menos de una hora escuchamos el ruido de un helicóptero que nos llenó de alegría. Llegó el fin de nuestra pesadilla, fuimos rescatados y nos llevaron al hospital de Puigcerda donde se nos aplicó el protocolo para poder salvar los miembros congelados.

Pasados los días nos sentimos con sentimientos de culpabilidad de hacer movilizar todo un equipo de bomberos, policías, helicópteros, mossos d'esquadra, voluntarios anónimos de quién guardamos un enorme agradecimiento, gracias a todos.

## **ANÁLISIS MÉDICO DE LAS LESIONES SUFRIDAS POR EL FRÍO:**

A la llegada al centro sanitario, la víctima que pudo defenderse mejor de la hipotermia y las congelaciones, sufría una hipotermia grado I y congelaciones predominantemente de 1º grado. Mientras que la víctima que tuvo “alucinaciones” el segundo día, sufría hipotermia grado II y congelaciones de 2º grado.

**¿Por qué afectó más la hipotermia y las congelaciones a la segunda víctima que a la primera? A continuación apuntamos los motivos que pueden explicarlo.**

Sabemos que la velocidad de enfriamiento de cada persona depende de muchos factores; edad, tamaño, corporal cantidad de grasa subcutánea, ropa de abrigo, aclimatación al frío, mayor exposición al viento o nieve, enfermedades o lesiones concomitantes, etc.

Pero hay otro factor muy importante, y que influye en la velocidad con que nos enfriamos. Este es el estado de agotamiento. Debido al esfuerzo físico y necesidad de generar calor, nuestros depósitos de energía se pueden vaciar. Sin estos depósitos, no seremos capaces de movernos activamente, andar por ejemplo, genera 200 Kcal/hora, o temblar que genera 400 Kcal/hora. No podremos mantener entonces nuestra temperatura corporal normal y la hipotermia empezará a afectarnos mucho más rápido.

Además, como pasó en este incidente, uno de los primeros síntomas, que juega un papel muy negativo en nuestra lucha contra el frío, serán las alteraciones neurológicas. Estas alteraciones, hacen que dejemos de estar alerta y se expresan como; juicios erróneos, apatía, mala respuesta adaptativa, descoordinación, etc. Según donde nos encontremos, como en las condiciones descritas, o tenemos ayuda del compañero, o un rescate rápido, o la evolución de la hipotermia es fatal en poco tiempo.

**Es fundamental formarse para reconocer los síntomas tanto de hipotermia como en congelaciones, y saber cómo defenderse de estas patologías medioambientales. Siempre debemos mantener unas reservas de energía adecuadas por medio del aporte de alimentos con alto contenido calórico, para ser capaces de temblar y moverse, y así generar calor. No debemos olvidar que una víctima hipotérmica sufrirá deterioro neurológico enseguida; no informará correctamente su ubicación, tomará malas decisiones, se tropezará y caerá más fácilmente, no se protegerá del frío adecuadamente, etc.,. Vigilar el estado mental de víctima hipotérmica nos ayudará a saber en qué grado está afectado y posibles complicaciones durante nuestro auxilio**

## Reflexiones sobre el incidente/accidente/rescate por parte de uno de los involucrados en la acción:

Muchos montañeros o aficionados a este deporte, a veces, tendemos a obviar los riesgos, y pensar incluso que una climatología desfavorable puede ser un atractivo más para la aventura. Nunca debemos subestimar la naturaleza, ya que cuando menos te lo esperas se pueden adjuntar varios factores que se pueden volver en tu contra, por lo que una aventura se puede convertir en una tragedia o un mal trago.

Ahora me doy cuenta que una experiencia anterior similar, donde nos expusimos a una previsión meteorológica adversa similar, subimos el pico de Saloria con llovizna y que pronto se convirtió en una copiosa nevada, nos influyó en tomar la decisión de enfrentarnos al reto de subir de nuevo un pico con mal tiempo, que era posible porque ya lo habíamos hecho. Aquella vez, a pesar de dicha inclemencia logramos ascender a la cumbre del Saloria y descender sin ninguna dificultad. Nos dio una percepción inadecuada de seguridad.

Con los años practicando montaña te vas encontrando situaciones similares, te vas adaptando a los percances y sin darte cuenta adquieres confianza a la montaña, una confianza delicada y falsa, ya que como todos sabemos, la montaña nunca deja de ser imprevisible.

Nunca volveremos a subestimar la montaña, seguiremos ejerciendo nuestra afición con más prudencia y sin olvidar que todo conlleva un riesgo, aunque todos los deportes contengan riesgos.

Gracias una vez más a todos los que nos habéis ayudado; hemos aprendido la lección de nuestra vida

## **ANALISIS CAUSAL DEL ACCIDENTE POR PARTE DEL COMITÉ:**

La esperanza es lo último que se debe perder para sobrevivir a una situación límite de este calado, y aunque es por sí una conclusión queremos empezar con ella porque, claramente, podemos decir que fue la actitud de que podrían conseguirlo lo que les ayudo a salir de aquel escenario tan complicado. La esperanza fue el motor que les permitió mantener la tranquilidad ante la adversidad durante tanto tiempo después de llegar a la extenuación física, y encontrando refugios in extremis cuando todo parecía el fin. Pero significativamente, esa actitud también les pudo meter en ese embrollo y vamos a explicar el por qué.

Se ven muchos fallos en la toma de decisiones que visto desde fuera parecen infantiles y de personas con poca experiencia, pero debes saber que cualquiera, sea el que sea, puede sufrir la influencia de las trampas mentales que te llevan a una situación así.



¿Cómo puedes meter la mano en la boca de un lobo sabiendo que la puede cerrar y arrancártela? Parece algo similar cuando unos montañeros con una experiencia moderada alta en el terreno que van abordar lo hacen con una previsión de alerta por temporal de nieve y frío, y además en una ruta de alta montaña. Podemos ver varias trampas mentales que influyeron en esta decisión, y que debemos conocer y entender para poderles hacer frente si nos llega el momento:

- 1- El primer fallo cometido, es no tener un plan B claro y conciso. Una opción alternativa si se cumplía la previsión tan mala esperada era quedarse a disfrutar del paisaje espectacular por los alrededores, u otra ruta menos exigente.
- 2- Las personas en general siempre somos optimistas, y sobre todo en nuestros días de tiempo libre. El máximo pensamiento que influye en nuestras decisiones es “hoy voy a tener suerte”, y esto es lo que pasa. Somos capaces de imaginar, de creer, en la aparición de un día espectacular cuando en la previsión meteorológica aparece un 90% de probabilidad de nevadas fuertes. A esta trampa mental que influye inconscientemente en nuestra decisiones se le llama “**optimismo ilusorio**” y campa a sus anchas por nuestra mente.
- 3- Si a esto le unimos un madrugón y dos horas de coche, se le une el “**sesgo de proximidad**”, que aparece después de una gran aproximación al lugar de la actividad para hacer la valoración preliminar. Nos influyen más en nuestra valoración a la hora de tomar decisiones los “pros” que los “contras”, ya que con “los que nos ha costado llegar aquí...” Debemos conocer cómo pensamos para compensar conscientemente estas influencias a la hora de tomar decisiones más seguras y lógicas.
- 4- Ya habían vivido una situación similar, donde ascendieron a un pico pirenaico de unos dos mil metros con una previsión tan mala como ésta, pero consiguieron subir y bajar con unas inclemencias de frío, viento y nieve duras. Todo esto crea una **falsa sensación de seguridad** en uno mismo, que te hace creer que eres capaz de conseguir determinados retos. A este hecho se le llama “**exceso de confianza**” *por habituación o familiaridad* a realizar actividades en lugares similares en condiciones inseguras. En este caso es la meteorología adversa en alta montaña, y que te haya salido todo bien de forma frecuente.

Además, a los que somos buscadores de retos y sensaciones fuertes, cómo podemos ser los montañeros en una gran mayoría, cuanto más nos cuesta conseguir el reto más satisfacción recibimos al final. Y en sí las *inclemencias climatológicas adversas* pueden convertirse en una motivación para realizar una actividad exigente. Este hecho de estar en constante búsqueda de actividades más exigentes y peligrosas está favorecido por el **principio de homeostasis del riesgo**.

- 5- La utilización habitual de un GPS que nos guía ante situaciones de difícil visibilidad, hace que también estemos más abiertos a aceptar más riesgos que si no lo lleváramos, o solo lo utilizáramos si no hay visibilidad. Está comprobado que cuanto más material de última generación y tecnológico llevamos a nuestras actividades, más riesgo estamos dispuestos a asumir, y esto es porque el ir bien equipado y tecnológicamente a la última (**GPS y Móvil para**

***pedir ayuda con cobertura y helicóptero para evacuarlos)*** nos influye inconscientemente en ver los “pros” sobre las “contras”. Esto no es un llamamiento a la no utilización de materiales y equipamiento que comporte más seguridad a nuestras salidas, sino que es una llamada de atención a que esto nos influye en la toma de decisiones y debemos valorar correctamente las limitaciones de nuestro equipo y tecnología ante cualquier escenario. **En el escenario de este caso no valió para nada el GPS, ni tener algo de cobertura y disponer de un helicóptero de rescate.**

- 6- El que en el refugio sintamos que se nos apoya la posibilidad de nuestro objetivo, ya sea porque haya otros montañeros o el guarda del refugio piense que la ruta está en condiciones correctas, influye en tomar la decisión que más nos convenía que era la de subir a cima. Por lo tanto debemos escuchar a todo “desconocido” en modo reflexión y no tomarnos como dogma sus recomendaciones. Podemos decir con cierta rotundidad que el personal de los refugios es gente que conoce el entorno que les rodea con mucha más claridad que cualquier otro que no viva allí, aun así no todo el personal de refugios son montañeros y personal bien cualificado para orientarnos en nuestras excursiones, además no nos conocen para decidir por nosotros. **Preguntemos con espíritu crítico y no escuchemos solo lo que nos interesa.**
- 7- La consecución de la cumbre les pudo, es decir la emoción se impuso sobre la lógica. En la foto donde aparece la relatora llegando a la cima que le hizo su compañero desde arriba, se puede vislumbrar aunque no seas un especialista, que en el valle la situación estaba complicada, no había visibilidad. Para más INRI el relato expone que cuando ya se disponían a llegar al último tramo de ascenso la nieve empezó a ser contundente. ¿Qué más factores objetivos necesitamos para entender que no estábamos en el lugar correcto?

**Entender cómo pensamos y cómo sentimos es la clave llegar a decisiones más seguras.**

Por otro lado, y una vez ya metidos en el escenario analicemos las decisiones tomadas una vez extraviados nuestros protagonistas:

Las decisiones de buscar refugio perdiendo altura en alta montaña puede ser una buena decisión aunque está llena de otros peligros *como son enriscarnos, perder cobertura telefónica, salirse de la ruta de búsqueda por los grupos de rescate,...* pero en la desesperación y ante la necesidad de encontrar un posible cobijo que nos corte el viento, temperaturas más suaves y protegernos de la nieve, y ante la falta de material suficiente para fabricarse un vivac, no hay más remedio que arriesgar. En este caso encontraron un refugio entre dos grandes rocas que supieron adecuarlo para pasar la noche y sobrevivir.

Si tenemos en cuenta la situación tan adversa que estaban sufriendo hubo una aceptación muy rápida de su error y centraron el foco de acción que les llevo siempre a tener un objetivo a corto plazo, lo que ayudó a mantenerse en movimiento y a no perder la calma. A esto hay que felicitar a nuestros compañeros.

Recordar que nunca estamos a salvo hasta que no llegemos a casa, o por lo menos al coche, cuando vislumbraron una forma que les recordaba a una caseta nevada les hizo pensar que estaban ya salvados porque creían que llegaban a una casa el segundo día de extravío y que todo

había terminado. Todo esto les hizo despreciar algo tan evidente como es evitar mojarse en una situación de ambiente gélido. Provocó que no valoraran adecuadamente el vadeo del río y se mojaran los pies. Lo que agravó la situación de hipotermia y congelación de los miembros inferiores.

Pero sin duda, para sobrevivir en una aventura de este calibre en las condiciones que les vinieron encima, el no perder la esperanza fue determinante para salir de su situación, y seguramente salvar la vida.

## Recomendaciones del Comité de Seguridad

-Ten siempre un plan *B* alternativo claro y conciso, y que además colme tus expectativas. De esa forma no tendrás tantos problemas en renunciar al reto principal. Y por supuesto, si algo quieres mucho y no está a tu alcance un día determinado, no vayas, cambia de zona porque el trabajo de aproximación minará la capacidad de renunciar al reto.

-Cuando analicemos la previsión meteorológica debemos acudir a varias para contrastarlas y quedarnos con la menos favorable. Además, debemos diferenciar entre saber los factores meteorológicos que se esperan (temperatura, viento, precipitaciones, niebla,...) y su interpretación adecuada sobre el terreno. En cómo van a influir sobre nuestra excursión o actividad así como sobre nosotros. Sé siempre conservador con la meteo en alta montaña.

-Cuando las temperaturas esperadas sean frías, debemos guardar todos los dispositivos electrónicos y baterías externas en lugares donde no se vean influidos por el frío directamente ya que los descargan y anulan sus funciones.

-No nos quedemos solamente con las valoraciones de los itinerarios en cuanto a fácil o difícil, leamos e informémonos sobre factores de peligrosidad o dificultad complementaria. Esta actividad era fácil técnicamente, pero se consideraba de dificultad alta debido a que el lugar donde se desarrollaba estaba expuesta especialmente a cambios meteorológicos rápidos, pensemos que estaban en el pico más alto de la zona, y por lo tanto más expuesto.

-El uso de mapas para orientarnos es mucho mejor para aprender a entender el entorno de montaña. Dejemos como recurso secundario el GPS ante baja visibilidad o para contrastar direcciones. El acto de tener que estar frecuentemente leyendo el paisaje y compararlo con el mapa hace que la anticipación ante los peligros objetivos que nos rodean (cambios previsibles de meteo, caídas de piedras, fuertes pendientes, tipo de terreno a pisar,...) sea más efectiva. El seguir un track requiere de una focalización sobre una pantalla que nos marca una dirección, esto limita mucho la interpretación del entorno a niveles de seguridad. En el caso que aquí tratamos, donde la orografía era tan poco compleja, una persona que supiese utilizar un mapa y un altímetro básico podría haberse orientado con cierta facilidad.

-En nuestro equipamiento debemos llevar siempre un material básico para realizar un vivac no previsto para ayudarnos a sobrevivir en entornos de montaña, todo esto ayudado por una formación específica.

## **Agradecimiento:**

Nuestro más sincero agradecimiento a nuestros protagonistas por su exhaustivo, riguroso y completo análisis de los hechos. Igualmente gracias por las recomendaciones sugeridas. Con toda seguridad estas aportaciones evitarán que hechos similares vuelvan a producirse en el futuro.

## **Pon Atención:**

Esto es un análisis de un caso que te puede ayudar a ver defectos en tu toma de decisiones, en ésta y otras actividades de montaña. Nadie está libre de accidentes por muy experto que sea, pero igualmente todos somos libres de tomar decisiones más seguras.