

Lecciones Aprendidas

Título: Cuando nos sentimos invencibles

Motivo del análisis:

Caída mientras realizaba una trepada en una salida exprés en Pedraforca.

MARCO GEOGRÁFICO:

Pedraforca es una montaña emblemática de Cataluña que se encuentra en la sierra del Cadí, dentro del área del Parque natural del Cadí-Moixeró, haciendo de límite entre las provincias de Barcelona y Lérida. Es una montaña cuya majestuosidad poco o nada tiene que envidiar a las del Pirineo Central.

Su buen acceso hasta sus faldas, más o menos verticales, así como la gran variedad de itinerarios a pie de todos los niveles. Lo convierten en un lugar codiciado para senderistas, escaladores y alpinistas. Su atractivo es tal, que es el macizo que más accidentalidad anual de deportistas de montaña tiene.



Da igual cual sea tu nivel, el Pedraforca te dará un itinerario para tus necesidades.

CONDICIONES AMBIENTALES:

La previsión meteorológica para el día y hora de la salida era de temperatura moderada normal para finales de Julio, estabilidad, no se esperaban precipitaciones, ni se habían producidas con antelación. El día de la actividad era finales de julio por la tarde. El terreno era en su integridad estival, sin nada de nieve o hielo en ningún momento a lo largo del itinerario a realizar.

CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LOS IMPLICADOS:

Pareja de montañeros con mucha experiencia en montaña. Uno de ellos guía de alta montaña. De treinta años, en su curriculum deportivo, constaban muchas paredes norte escaladas en pirineos y Alpes, y con más de diez años de experiencia en carreras por montaña, esquí de montaña y alpinismo. El otro miembro tenía veintisiete años, sin ser guía, tenía mucha experiencia en escaladas de grandes largos y muchos cuatro miles en Alpes. Se trataba de una pareja muy compenetrada acostumbrada a hacer actividad juntos con escaladas por encima de séptimo grado.

RELATO DE LOS HECHOS POR UNO DE LOS INVOLUCRADOS:

Una tarde a finales de julio, nos dirigimos al Pedraforca. Nuestro objetivo era hacer una actividad fácil técnicamente para pasar la tarde y que nos sirviera de entrenamiento como solíamos hacer muchas otras veces. El itinerario pasaba por hacer cima al Pedraforca a 2506 metros de altitud. Así que, al finalizar la jornada laboral, nos dirigimos en coche hasta el lugar donde empezaba la actividad, en un par de horas llegamos al aparcamiento.

Se trataba de una actividad sencilla y habitual para nosotros, unos 8 kilómetros con 1100m de desnivel, la idea era empezar a las 19:00H y acabar sobre las 21:30H con el atardecer, estábamos acostumbrados a hacer estas distancias y disfrutar de los atardeceres veraniegos en la montaña.

La actividad en general, se trataba una actividad rápida sobre terreno variado, subiríamos al Pedraforca a ratos corriendo y otras veces por zonas de trepada fácil por la canal del Verdet por pasos de no más de tercer grado de dificultad, para luego bajar por la ruta más sencilla. Normalmente es una ruta muy transitada y el horario era terminarla en menos de dos horas.

Empezamos a las 19:00 horas la actividad, como era una actividad corta para nosotros (dos horas) nuestro único material era el frontal, unos geles, y un cortaviento ligero. Nuestro



equipamiento eran zapatillas para correr en montaña, un pantalón corto y una camiseta de manga corta.

Iniciamos la actividad y desde el primer momento nos sentíamos muy bien, muy motivados. La tarde como iba pasando e íbamos cogiendo altura se volvió espectacular, y ya en la Canal con una puesta de sol entre nubes en el horizonte no pudimos resistirnos a parar durante un rato a sacar unas fotos increíbles, tengo que reconocer que este momento fue muy emocionante y nos puso eufóricos durante un rato.

Un poco más adelante en la parte más vertical del itinerario decidimos cambiar el itinerario inicial, es una actividad que solíamos hacer con frecuencia, decidimos desviarnos por una zona más difícil técnicamente donde existe un largo de escalada sobre un diedro de no más de cuarto grado en escalada libre que es mucho menos de lo que estamos acostumbrados a hacer. No era la primera vez que lo hacíamos y lo realizábamos sin problemas, aunque esta vez íbamos sin cuerda ni equipo para asegurar.



Comenzamos a subirlo a las 21:00 horas a una altitud de unos 2200 metros de altitud, entonces mi compañero cuando estaba escalando que iba detrás de mi arrancó una piedra con su pie en la cual tenía su apoyo, se desequilibró y cayó unos 25 metros.



Fue una caída muy aparatosa me quedé impactado, por mi cabeza pasaron mil cosas, pensé como podía ser que de estar tan bien habíamos pasado a una situación tan limite.

Rápidamente me acerqué hasta mi compañero, comprobé el estado de este, no se podía mover y las lesiones pintaban bastante gravedad. De momento tuve una lluvia de realidad y me di cuenta de que lo que se avecinaba iba a ser muy duro. Revisaba el estado de mi compañero con miedo, sin saber con exactitud la gravedad de las lesiones que tenía, sentía mucho dolor en el tórax, sabía qué tipo de lesiones podía tener y esto me asustaba, un posible neumotórax, en

este lugar, sin apenas equipo, ni botiquín y con tan poco tiempo de luz para un rescate aéreo que lo llevará a un hospital

Reaccione, sabía que tenía que pedir ayuda lo antes posible, el sol caía y faltaba poco para que anocheciera por lo que el helicóptero no podría volar perdiendo la esperanza de un rescate rápido. Como conocía el lugar sabía que había cobertura, de inmediato llame al 112, pero como por mi profesión disponía del teléfono del grupo de rescate de bomberos -GRAE- que se encuentra en la base de la Seu d'urgell, también intente contactar directamente con ellos, sabía que era vital que viniera el helicóptero.

Si demoraba la llamada no vendría, quedaban pocas horas de luz. A las 21:14H llegó el helicóptero con dos rescatadores, los dejó a cierta distancia de nosotros y se fue de inmediato con la poca luz que le quedaba, ya anochecía ya que eran las 21:27 horas. A las 21:30 horas los rescatadores se reunieron con nosotros.



Estos valoraron las heridas de mi compañero y comprobando la gravedad de las heridas pidieron a su central una evacuación rápida que ya se tendría que hacer por tierra. Se reunieron en el lugar seis dotaciones más del GRAE con material sanitario más avanzado y camillas de rescate de montaña. A las 1:45H horas comenzó la evacuación a pie, se montó un dispositivo impresionante y veía que era todo muy complejo por el terreno con pendiente y rocas, las lesiones que requerían movimientos sin golpes para no aumentar la gravedad, la falta de luz ya era noche cerrada, ...



La bajada en camilla por el lugar que anteriormente pasábamos corriendo se convirtió en una procesión, era muy complicada, se montaban cuerdas para asegurar los pasos más complicados que enlentecía aún más la marcha.

El rescate finalizó a las 8:45H cuando llegamos a la ambulancia del Servicio de emergencias médicas, un total de 10 horas y unos 14 rescatadores aplicándose al máximo.

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

ANÁLISIS CAUSAL DEL ACCIDENTE POR PARTE DEL COMITÉ:

Este macizo es de los más emblemáticos de Cataluña, muy transitado por todo tipo de montañeros, pero el terreno lejos de ser sencillo y compacto, es técnico y muy suelto si nos salimos de los itinerarios o senderos marcados por PRs. Cada año se realizan un centenar de rescates, esto ha llevado a los bomberos a elaborar un documento de medidas específicas de prevención para tener en cuenta en las salidas en esta zona basadas en las causas mayoritarias de accidentalidad para prevenir los accidentes en colaboración con el Parque Natural de Pedraforca.

Llama la atención en este cuadro de recomendaciones la que ocupa la última posición donde se puede leer *“en la zona del Verdet es frecuente el desprendimiento de rocas por el paso de excursionistas”*, claramente es una zona en creciente deterioro y evolución a una tartera o canchal.

Desde el Comité de seguridad queremos llamar la atención sobre esto, ya que los accidentes por desprendimientos de piedras o rocas se han convertido en terreno vertical y alta montaña en el mayor causante de accidentes graves. En el Macizo del Montblanc llego a ser el 60% de las muertes en alpinistas en el 2012.

Centrándonos en el caso, deberíamos definir primero qué tipo de actividad de montaña realizaban nuestros protagonistas, ya que no se corresponde a ninguna modalidad deportiva federativa al

https://interior.gencat.cat/web/.content/home/030_arees_dactuaci/o/bombers/seguretat_a_la_muntanya/programa_de_seguretat_a_la_muntanya_del_massis_del_pedraforca/consells_de_seguretat/docs/definitiu_cartell_la_tartera_2.pdf

Consejos de seguridad: El Pedraforca, disfrútalo con precaución

Antes de empezar la salida:

El macizo del Pedraforca tiene una orografía complicada, con muchos despeñaderos. Infórmese de las características del camino que desea recorrer:

Utilice mapas, libros o guías de itinerarios.

Diríjase al refugio o a las oficinas de información de la zona:

Parque Natural del Cadí-Moixeró (Bagà) 93 824 41 51

Centro de Información del Macizo del Pedraforca (Saldes) 93 825 80 46

Oficina de Información Turística - Centro Picasso (Gósol) 973 37 00 55

Vaya acompañados de una persona experimentada o pida los servicios de un guía.

El canchal del Pedraforca está sufriendo una fuerte degradación, tanto por causas naturales (dinámica de los canchales) como por la elevada frecuentación. Bájela con prudencia para evitar accidentes y la erosión.

No es necesario ascender el Pedraforca para disfrutarlo. A su alrededor existe una gran variedad de senderos de dificultad y duración muy diversa. ¡Pida información!

Informe a alguien: Del recorrido que hará y del tiempo aproximado que tardará (**piense en tener en cuenta la hora que se pone el sol, y en verano procure salir temprano para evitar el calor del mediodía y las tormentas de tarde**).

Llévese comida y bebida suficiente: la subida es dura y calurosa.

El tiempo en la montaña es muy variable. Infórmese de la previsión meteorológica y desiste de iniciar la salida si se prevé mal tiempo.

Equiparos:

Con ropa de abrigo

Botas de montaña o calzado deportivo adecuado

Protección solar

Tenga a mano el teléfono de emergencia: 112 (mensajes SMS para sordos 679 43 62 00).

Durante la salida:

Tenga en cuenta que existen peligros de origen natural que cuestan controlar y que pueden resultar fatales: Desprendimientos de rocas, Tormentas y, especialmente, los rayos, crecidas repentinas en torrentes y barrancos.

Vientos fuertes y niebla.

Mida el esfuerzo y piense en guardar fuerzas para la bajada.

En la zona del Verdet es frecuente el desprendimiento de rocas por el paso de excursionistas. Es importante intentar evitarlo.

uso, podríamos calificarla de una “actividad por terreno fácil variado técnicamente en proporción a las capacidades de los deportistas, realizadas a ritmo rápido donde el objetivo es moverse con rapidez ya sea corriendo o trepando sin elementos de aseguramiento, su finalidad puede ser el entrenamiento y/o pasarlo bien”. Este tipo de actividades proliferan cada vez más en montaña, ya que ir ligero, moverse rápido y realizar actividad a ritmos altos en personas bien entrenadas son muy placenteras.

Y verdaderamente son una nueva forma de acercarnos a la montaña tan buena como otra, pero debemos mantener una serie de pautas de comportamiento muy concretas para que cualquier error, por pequeño que sea, no sea el último que realicemos.

Después de analizar varios casos de accidentes de este tipo podríamos destacar puntos de conexión entre estos:

- 1- Los deportistas están bien entrenados, muy motivados y disfrutan, hasta la euforia, mientras realizan estas actividades exigentes pero fáciles para ellos.
- 2- Hay un cambio de itinerario que les saca del guion previsto, ya sea por desorientación o por decisión propia.
- 3- Minimalismo en el tipo de equipación que portan en proporción a los peligros del terreno que se enfrentan a un posible desenlace accidental.
- 4- No se “tiene en cuenta” las consecuencias de pasar una noche en el lugar donde se está haciendo la actividad durante la planificación, aunque lo saben. Esto se ve implícito en la falta material de contingencia, o por el planteamiento en los horarios ajustados a la noche, ...

Nuestros protagonistas, se movían en un terreno “fácil” para ellos, yo diría muy fácil, son alpinistas, corredores y escaladores entrenados que superan el séptimo grado en paredes de escalada de varios largos. Pero hay algo que nunca debe olvidar un montañero, que es, **cuando más descende la escala de valoración objetiva de terreno “fácil”, aumenta la gravedad de las consecuencias debidas a los errores por muy pequeños que sean**, normalmente porque

En montaña, fácil no significa exento de peligros.

Rizos Amat.

tendemos a eliminar los recursos de contingencia como son ir más despacio o elementos de aseguramiento.

Por ejemplo: que una piedra donde estamos apoyados se desprenda en una vía de escalada donde vamos asegurándonos convenientemente no suele traer consecuencias graves, pero si progresamos sin asegurarnos es muy probable que las puede traer, el error de elegir un apoyo precario es el mismo en ambos casos, pero las consecuencias no. Por lo tanto, el riesgo asumido es mayor en el primer caso, por esto debemos equilibrar la balanza de riesgo-recompensa ante las decisiones a tomar, y en el caso de trepadas y escaladas sin asegurar con más que posibles desprendimientos de piedras como es el caso, y con un margen de menos de media hora de luz solar que imposibilita un rescate aéreo rápido, no es una buena decisión la estrategia que se siguió en esta salida. Aunque otras veces les fue bien. El equilibrio riesgo-recompensa se rompe desde un punto de vista racional.

Entonces, ¿Qué es lo que lleva a unos expertos montañeros, entrenados y bien formados, a tomar una decisión tan poco equilibrada?, y la respuesta es que normalmente nuestra toma de decisiones es un proceso inconsciente (no consciente y racional) influenciado por sesgos cognitivos, emociones y otras trampas heurísticas como vamos a explicar.

Primero, encontramos en el relato, una supuesto de base que se da como premisa a la hora de decidir la

Aprender como pensamos para saber cómo tomamos decisiones durante nuestras actividades.

Rizos Amat.

forma de hacer la actividad, “otras veces lo hemos hecho sin incidencias”, este dato es un medidor demasiado subjetivo para decidir si una estrategia es correcta o no, de hecho, objetivamente es incorrecto, aunque otras veces no hubieran tenido incidencias. Casi todos los lectores, alguna vez, hemos hecho actividades saltándonos algunos de los principios de seguridad que hemos aprendido, y en cambio hemos obtenido el éxito, ya sea la cumbre y/o no tener accidentes. Pero este, mal entendido y analizado, provoca inconscientemente que una mala decisión se convierta en buena porque nos hace conseguir el objetivo, tanto más como más veces se realiza.

A esto se le llama **falso positivo**, y es un sesgo cognitivo que influye a la hora de tomar nuestras decisiones en el futuro. En este caso, se ha infravalorado el riesgo asumido de hacer la actividad a última hora de la tarde, si se hubiera realizado a primera hora de la mañana, al existir un grupo de rescate aéreo se reduce drásticamente.

Segundo, hay un punto importante que influye en nuestra forma de tomar decisiones que es el perfil psicológico del deportista, y más concretamente el relacionado con la edad. **Está comprobado que los más jóvenes tienden a percibir menos riesgo que otros montañeros más veteranos.** La edad de nuestros protagonistas, alrededor de treinta años, es proclive a percibir nuestras capacidades por encima de lo que están, a percibir menos riesgo y, simplemente, a arriesgar más. Y no es por una cuestión de ignorancia, estos deportistas sabían de sobra lo que les podía pasar, pero el gen guerrero hace su trabajo sino le ponemos límites.

Tercero, otros factores que nos llevan a hacer una actividad tan expuesta con medios tan minimalistas o limitados, es sin lugar a duda, a que percibimos el terreno de montaña donde entrenamos como nuestro gimnasio. El Pedraforca para nuestros protagonistas es el lugar donde aprendieron hacer montaña, se curtieron, ... lo conocen al dedillo. **La familiarización con el entorno y la habituación a sus peligros influye en la percepción del riesgo y se materializa en lo que se llama exceso de confianza.** Con zapatillas, pantalón corto y sin mochila, una actividad que cuando empezaron hacerla la hacían con botas, equipación de media montaña y sus diez kilos de mochila. Esto es el exceso de confianza, nuestra mente se repite a si mismo “*después de 10 años pasando por aquí y solo hemos echado mano a la mochila para beber agua y poco más*”. Nuestro Homer “diablo” nos dice inconscientemente que nos sobra todo, además nos repetimos “*el equipo es pesado me impide hacerla actividad en las dos horas que queremos*”. Uno de nuestros mayores enemigos son las realidades a la carta y moldeadas para hacer posibles nuestros deseos, es impresionante lo convincente que uno llega a ser para satisfacer sus anhelos.

Y, por último, **las emociones, ese pico o momento de euforia** que describe el relator, creado por el paisaje de ensueño que les estaba regalando el destino, ese atardecer espectacular en un lugar inmejorable, nuestro cerebro piensa inconscientemente *“que puede salir mal hoy”*. Todo esto nos ayuda, a aceptar que es el día idóneo de hacer algo más, en este caso el diedro en libre integral que se convertirá en la guinda de la salida. Nuestra mente busca inconscientemente una salida para convencerse, y da con la respuesta *“si está justificado, si somos escaladores de séptimo grado, hoy es el momento, nunca me he encontrado mejor”*. Y es cierto estamos de dopamina hasta las trancas debido al momento de euforia”. El **optimismo ilusorio** secuestra nuestras decisiones dirigiéndonlas hacia nuestros deseos.

¿Qué hubiera sido una decisión racional?, en este caso, si hubiéramos sido capaces de salir de las influencias emocionales hubiera sido pensar, *“hemos perdido tiempo en hacernos fotos, en observar el atardecer, vamos muy justos de tiempo. Vamos a acortar por lo menos expuesto ya que estamos muy cerca de la noche donde un accidente se convierte en algo muy complejo de solventar con rapidez”*. Pero esto es muy fácil decirlo una vez visto los resultados.

Pero, por otro lado, hay que tener claro que aun con los recursos tan limitados nuestros jóvenes y expertos protagonistas supieron mantener la calma. El compañero del lesionado, enseguida se dio cuenta del problema y la transcendencia de lo que esta pasando. Llamo enseguida a los bomberos para activar el helicóptero. Como montañero experto sabia que era crucial recibir ayuda rápidamente que al menos le pudiese administrar unos primeros auxilios de calidad dadas las heridas. Y gracias a esto, es posible que su compañero este vivo. Ya que si hubiera tardado unos minutos más el helicóptero con los dos rescatadores no hubieran podido llegar con la ayuda mínima para que sobreviviera esa noche, mientras se le evacuaba.

Por esto hay que felicitar a nuestros protagonistas.

Recomendaciones del Comité de Seguridad

-La petición de ayuda al tener un accidente hay que gestionarla lo más rápidamente posible de no ser así la asistencia y lesiones se pueden agravar mucho, tener claro los procedimientos a seguir una vez producido el accidente son vitales para minimizar sus consecuencias.

-En la planificación de nuestras actividades por montaña datos, sobre accidentabilidad en una zona nos deben hacer ser más meticulosos en la preparación de estas teniendo en cuenta los puntos más conflictivos.

-Conociendo la peligrosidad de ciertos puntos, como puede ser al hacer un corredor o diedro, sabemos que la caída de piedras es frecuente, y más en un lugar tan transitado. No deja de ser un paso de escalada que con elementos de aseguramiento minimizan las consecuencias de una caída.

-En una actividad de montaña que discurre a cierta altura a 2500 m, aun siendo verano y los días son muy agradables, pero por la noche las condiciones son muy hostiles, y cuando se produce

cualquiera lesión la temperatura disminuye a un ritmo muy alto, siendo la hipotermia en ocasiones más grave que las lesiones del propio accidente.

-En parte de nuestra equipación no puede faltar mantas de emergencia, pequeño botiquín y protección contra el frío.

-Al planificar las actividades debemos tener en cuenta acabar unas dos horas antes de anochecer, por imprevistos, al llegar la noche tenemos que evaluar otros riesgos importantes, entre ellos un posible rescate que se alarga muchísimo como fue el caso.

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.