



# Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

Información destacable sobre previsión meteorológica/condiciones en las montañas andaluzas en los próximos días **para su máxima difusión:**

### Sierra Nevada

### GRANADA

- ✓ Adjuntamos ficha de seguridad actualizada a **03 de marzo de 2022** del **Parque Natural y Nacional de Sierra Nevada** (Fuente: Parque Nacional de Sierra Nevada)
- ✓ Información visual webcams **Refugio Poqueira**: [Web Refugio Poqueira](#) (Fuente: Refugio Poqueira)

**Previsión:** Predicción AEMET Sierra Nevada:

<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/montana?w=2&p=nev1>

Viernes 04.03.2022	
Estado del Cielo	Predominarán los cielos nubosos o cubiertos
Precipitaciones	Débiles o moderadas, más frecuentes e intensas por la mañana, y tendiendo a remitir durante la tarde
Cota de nieve	En torno a los 1.000 metros, subiendo por la tarde hasta los 1.400 metros
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	En descenso, ligero o moderado de las mínimas y notable de las máximas. Heladas moderadas generalizadas, localmente persistentes en cotas más altas
Viento	Fuerte del noroeste, con alguna racha muy fuerte a primeras horas, girando a norte y noreste y disminuyendo a flojo por la tarde

Sábado 05.03.2022	
Estado del Cielo	Intervalos de nubes medias y altas al inicio, aumentando a nuboso o cubierto a lo largo de la mañana
Precipitaciones	Se esperan por la tarde, débiles en general, aunque no se descarta que puedan ser moderadas y en forma de chubasco
Cota de nieve	Se situará en torno a los 1.400 metros
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	Con pocos cambios. Heladas moderadas generalizadas, fuertes y persistentes en cotas altas.
Viento	Flojo con predominio del suroeste y oeste.

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo  
Área de Prevención y Seguridad

www.fedamon.com

(+34)609533854

seguridad@fedamon.com



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

Domingo 06.03.2022	
Estado del Cielo	Nuboso o cubierto, tendiendo a intervalos de nubes medias y bajas por la tarde
Precipitaciones	Podrán caer algunas débiles a primeras horas, sin descartar alguna aislada por la tarde
Cota de nieve	Subiendo de 1.400 a 1.600 metros
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	Mínimas en ligero o moderado descenso y máximas con pocos cambios. Heladas generalizadas, moderadas o fuertes, localmente persistentes en cotas altas
Viento	Flojo de dirección variable

Lunes 07.03.2022	
Estado del Cielo	Predominarán los intervalos de nubes medias y bajas
Precipitaciones	No se esperan
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	Sin cambios o mínimas en ligero descenso. Heladas generalizadas, moderadas o fuertes, localmente persistentes en cotas altas
Viento	Flojo de componente oeste, aumentando a moderado del oeste y noroeste

**INVIERNO SEGURO  
2021/2022**



**¡FORMACIÓN + PREVENCIÓN = SEGURIDAD!**



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

Condiciones Generales por zonas	
General	Nieve a partir de 2.500 metros de forma discontinua <b>¡¡ATENCIÓN!!:</b> Imprescindible el uso de casco, crampones y piolet y dominar su uso. Imprescindible disponer de material y equipo en óptimas condiciones. Se hace necesaria una óptima gestión del terreno y condiciones. Rogamos extremar al máximo la precaución
Cabecera del Genil	Nieve a partir de 2.500 metros <b>Imprescindible el uso de casco, crampones y piolet y dominar su uso</b>
Hoya de la Mora Veleta	Nieve a partir de 2.800 metros <b>Imprescindible el uso de casco, crampones y piolet y dominar su uso para desplazarse por el Veleta y alrededores.</b>
Caballo	Nieve a partir de 2.800 metros
Refugio Poqueira Mulhacén	Nieve a partir de 2.800 metros
Refugio Postero Alto Barranco Alhorí	Nieve a partir de 2.500 metros. Pistas forestales con nieve.
Puerto de la Ragua Cumbres orientales	Nieve a partir de 2.500 metros.

**INVIERNO SEGURO  
2021/2022**



**¡FORMACIÓN + PREVENCIÓN = SEGURIDAD!**



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

### Alertas por fenómenos meteorológicos adversos en Andalucía

- Predicción AEMET:  
<http://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos?l=61&r=1>

Viernes - 04.03.2022	
Almería – Poniente	<p><b>Fenómeno adverso:</b> VIENTO  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 05:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Rachas máximas: 70 km/h. Vientos de poniente</p>
Almería - Costa	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 10:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del oeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>
Almería - Levante	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 10:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del oeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>
Granada – Guadix y Baza	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 12:00 (25.02.2022) <b>Fin:</b> 23:59 (25.02.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del este y nordeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

<p><b>Granada – Guadix y Baza</b></p>	<p><b>Fenómeno adverso:</b> NEVADAS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 00:00 (04.03.2022) <b>Fin:</b> 11:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Acumulación de nieve en 24 horas: 4 cm.                  Cota de nieve en torno a 1.000 – 1.200 metros</p>
<p><b>Granada – Costa</b></p>	<p><b>Fenómeno adverso:</b> VIENTO  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 13:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Rachas máximas: 70 km/h. Vientos de componente oeste</p>
<p><b>Granada - Costa</b></p>	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 10:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del oeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>
<p><b>Málaga – Costa del Sol y Guadalhorce</b></p>	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 10:59 (04.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del oeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>
<p><b>Málaga – Axarquía costa</b></p>	<p><b>Fenómeno adverso:</b> COSTEROS  <b>Alerta:</b> AMARILLA  <b>Inicio:</b> 15:00 (03.03.2022) <b>Fin:</b> 10:59 (03.03.2022)  <b>Probabilidad:</b> 40 -70 %  <b>Riesgo:</b> Riesgo  <b>Observaciones:</b> Viento del oeste fuerza 7 y olas de 3 metros</p>

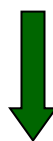


## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

<b>Jaén – Cazorla y Segura</b>	<b>Fenómeno adverso:</b> NEVADAS <b>Alerta:</b> AMARILLA <b>Inicio:</b> 00:00 (04.03.2022) <b>Fin:</b> 11:59 (04.03.2022) <b>Probabilidad:</b> 40 -70 % <b>Riesgo:</b> Riesgo <b>Observaciones:</b> Acumulación de nieve en 24 horas: 15 cm. Cota de nieve en torno a 1.000 – 1.200 metros
<b>Jaén – Montes</b>	<b>Fenómeno adverso:</b> NEVADAS <b>Alerta:</b> AMARILLA <b>Inicio:</b> 00:00 (04.03.2022) <b>Fin:</b> 11:59 (04.03.2022) <b>Probabilidad:</b> 40 -70 % <b>Riesgo:</b> Riesgo <b>Observaciones:</b> Acumulación de nieve en 24 horas: 4 cm. Cota de nieve en torno a 1.000 – 1.200 metros

**INVIERNO SEGURO  
2021/2022**



**¡FORMACIÓN + PREVENCIÓN = SEGURIDAD!**



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

### CAMPAÑA “INVIERNO SEGURO 2021/2022”

#### COLABORACIÓN CON RASEMON (Red Andaluza de Seguridad en Montaña)

Con el fin de poder disponer de información verificada y actualizada para todos a través de la **RASEMON**, lanzamos una invitación a todas aquellas personas que quieran colaborar con **RASEMON** realizando aportaciones de carácter semanal o esporádica, sobre condiciones y estado de las diferentes zonas de montaña andaluzas para la práctica del alpinismo, barranquismo, montañismo, escalada....

La forma y contenido de la información sería:

- Indicar zona con un breve comentario, fecha de la observación y si procede, alguna recomendación
- Mejor si se acompaña con alguna imagen del lugar/zona
- Opcionalmente, indicar el nombre y/o club, si queremos que aparezca en la **Circular Preventiva RASEMON** el nombre de la persona y/o club colaborador

El contenido de la observación puede enviarse a: [seguridad@fedamon.com](mailto:seguridad@fedamon.com) o bien al whatsapp: 609-533.854 al objeto de gestionar su difusión en toda la red.

#### BASE DE DATOS RASEMON RASEMON (Red Andaluza de Seguridad en Montaña) “INVIERNO SEGURO 2020/2021”

Desde el **Área de Prevención y Seguridad en Montaña FAM** invitamos a todos los clubes de montaña andaluces a designar a una persona como Referente de Seguridad de Club, quien en coordinación con el Referente Provincial y éste Área participará de toda la información generada de interés general relacionadas con la Prevención y Seguridad en Montaña.

Para ello basta cumplimentar el formulario de acceso online disponible en:

**ENLACE FORMULARIO INSCRIPCIÓN A RASEMON** (A cumplimentar sólo por Referentes de Seguridad Provinciales y Referentes de Seguridad de Clubes Deportivos):

<https://forms.gle/J2qALifHyP3F7Azb6>



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

### CONSEJOS DE SEGURIDAD

- **Consultar el parte meteorológico** de forma previa a la realización de la actividad, aplazar la actividad si las condiciones y/o la meteorología no son favorables.
- En actividades invernales: **llevar equipo y material adecuados** a la actividad a realizar
- **Evitar salir solo**, en caso de hacerlo, comunicar el recorrido a seguir y la hora prevista de regreso a otras personas.
- **En alta montaña invernal, imprescindible dominar las técnicas de progresión y el uso del piolet y crampones, así como resulta imprescindible el uso de casco.** En actividades con presencia de manto nivoso: llevar y saber utilizar siempre ARVA, pala y sonda.
- **Recuerda que una buena formación es la base de la prevención, fórmate**, la Escuela Andaluza de Alta Montaña dispone de un gran número de cursos en los que aprender técnicas y adquirir conocimientos que te ayudarán a realizar las actividades de forma más segura minimizando los riesgos.
- **Si el tiempo cambia a condiciones desfavorables**, siempre es una buena opción el no continuar con la actividad.
- **Llevar siempre un móvil con batería completamente cargada** y aplicaciones de geolocalización instaladas (Alpify, Alertcorps, Whatsapp, Google Maps...)
- **Atención en zonas de la Estación de Esquí de Sierra Nevada:** Máquinas con cables trabajando en la Estación en temporada de esquí, respetar la señalización para evitar accidentes es fundamental.
- **Refugios-vivac:** Importante cerrar las bien las puertas al salir y no dejar basura.
- **Observa y valora el manto nivoso:** siempre ayuda a detectar posibles capas débiles y a elegir el terreno más adecuado para nuestra actividad.
- Recuerda los **teléfonos de emergencias:**
  - ✓ Emergencias en general: **112**
  - ✓ Guardia Civil: **062**
  - ✓ Emergencias sanitarias: **061**





## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

### CONSEJOS DE SEGURIDAD - FORMACIÓN - PREVENCIÓN

Este apartado está enfocado a la difusión de aspectos de interés en el ámbito de la Prevención y Seguridad en Montaña. Desde el Área de Prevención y Seguridad, os invitamos a participar enviando vuestras aportaciones para su publicación al correo: [seguridad@fedamon.com](mailto:seguridad@fedamon.com) (Extensión máxima aproximada 4 páginas).

#### Riesgos en Montaña: ¿Cómo actuar?

##### ALUDES

Los aludes representan uno de los principales riesgos de la montaña invernal y primaveral. Además de la cantidad de nieve que se acumula, el relieve, la temperatura y el viento son elementos que influyen decisivamente en los aludes.

Algunos de los puntos del Parque Nacional de Sierra Nevada que presentan cierto riesgo de aludes son:

- Tajos Altos en la cuenca del Río Lanjarón
- Tajos del Nevero y de la Virgen, en las cuencas de Capileira y Dílar
- Corrales y Carigüela del Veleta
- Circos de la Caldera y del Mulhacén
- Cañada de Siete Lagunas y del Goterón

El peligro de aludes resulta de difícil valoración, por lo que un buen conocimiento de las causas y las condiciones que los originan resulta esencial para una mejor prevención.

Consultar la meteorología previa y prevista resultan esenciales, así como disponer de un parte/boletín de riesgo de aludes, elemento que ayudará y condicionará nuestras salidas haciéndolas más seguras. Desgraciadamente en Sierra Nevada, aún no se cuenta con este importante elemento, pero esperamos y deseamos que se constituya en un proyecto que a corto plazo esté en funcionamiento en favor de la seguridad de todos los usuarios de este Parque Nacional.

Como recomendaciones destacamos:



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

- No salir sólo, ya que en caso de desencadenarse un alud resulta esencial contar con otras personas que puedan socorrernos y pedir ayuda
- Elegir bien el itinerario de nuestra actividad en función de las condiciones de la nieve, también resulta esencial. Siempre hay que tener presente la posibilidad de renunciar a nuestro objetivo ante el menor indicio de riesgo.
- Llevar siempre ARVA, pala y sonda, además de practicar su uso, son elementos básicos que siempre deben acompañarnos en la montaña invernal.
- Transitar siempre que se pueda por aristas y lomas evitando fondos de valles estrechos, medias laderas y pendientes sin obstáculos (rocas, árboles, etc...) resulta un método de prevención.
- Buscar zonas protegidas, árboles, rocas y otros elementos, ya que anclan la nieve y en cierto modo evitan las avalanchas.
- Antes de cruzar una zona de riesgo, planificar bien con el grupo la forma de actuar y la posible huida en caso de alud.
- Para cruzar una zona de riesgo, si no queda alternativa, hágalo por la parte más alta posible. El grupo pasará separado, bien espaciados, de uno en uno y sin perder el contacto visual entre sus miembros. Como precaución:
  - Cerrar las cremalleras y botones de la ropa. Colocarse guantes y gorro.
  - Si vamos con esquís, soltar las correas y los bastones
  - Si la mochila es grande, soltarse la cintura y llevarla por un solo tirante, lo que permitirá deshacerse de ella con facilidad.
  - Si la mochila es ligera, llevarla ajustada al cuerpo puede servirnos de protección.
  - Un pañuelo o similar cubriendo nuestra boca puede resultar interesante
  - Nunca atravesar encordados las zonas de riesgo
  - Para ascender o descender una zona expuesta, lo mejor es hacerlo a pie, por la línea de máxima pendiente y sin hacer diagonales ni zig-zags. Ello evita el corte de la placa de nieve.
- Evita salir, o si te sorprende en la montaña, extrema la precaución especialmente:
  - Después de nevadas importantes (más de 50 cm en 24 horas)
  - Después de días de mucho viento. El viento favorece la formación de placas que pueden desprenderse.



## Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2021/2022

- Si somos víctimas de un alud de nieve:
  - Mantener la calma
  - Si el alud avanza hacia nosotros, intentar escapar hacia los lados, nunca corriendo pendiente abajo
  - Si el alud se produce al desprenderse una placa sobre la que nos encontramos, tratar de escapar saliendo de ella por los laterales
  - Si nos alcanza una avalancha debemos deshacernos de la mochila, los bastones y esquís e intentar nadar para “flotar” sobre la nieve
  - Si nos sepulta la nieve, debemos encogernos y proteger nariz y boca. En cuanto se detenga, debemos movernos con fuerza para hacernos un hueco alrededor que nos permita respirar y movernos para intentar salir
  - Debemos intentar emitir algún sonido agudo (silbato) que permita a los compañeros oírnos. Debemos evitar agotarnos haciéndonos oír.
  - Podemos averiguar nuestra posición con respecto a la superficie dejando caer saliva, orinando o viendo hacia dónde cae la nieve que movamos.
  - Confiar siempre en que nos van a encontrar y vamos a salir. No perder la calma. No rendirse.
- Si observamos una avalancha con víctimas:
  - Debemos fijarnos en el punto en el que ha desaparecido la víctima/s. Localizarla e imaginar la trayectoria que ha podido seguir al ser arrastrada
  - Observar y escuchar, algún objeto o algún sonido pueden aparecer.
  - Comenzar la búsqueda con orden y método. Se insiste en lo imprescindible del ARVA, la pala y la sonda en estos casos.
  - Actuar con rapidez, pero también con prudencia y calma
  - Atención a la caída de nuevos aludes. Vigilar la zona.
  - Avisar y pedir ayuda rápidamente a los grupos de rescate

Fuente: Guía de autoprotección del visitante “Parque Nacional de Sierra Nevada”