RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

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 **29 de febrero de 2024** del **Parque Natural y Nacional de Sierra Nevada** (Fuente: Parque Nacional de Sierra Nevada)
- ✓ Información visual webcams **Sierra Nevada**: **Web Sierra Nevada**
  (Fuente: Refugio Poqueira)

Previsión: Predicción **AEMET** Sierra Nevada: **Web Aemet**

Viernes 01.03.2024	
Estado del Cielo	Predominio de cielos poco nubosos o despejados
Precipitaciones	No se esperan
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	Mínimas con pocos cambios, y máximas en ligero descenso. Heladas débiles, moderadas en cotas altas donde serán localmente persistentes
Viento	Del norte girando a noroeste, moderado, con intervalos fuertes en cotas altas al principio de la jornada

Sábado 02.02.2024	
Estado del Cielo	Poco nuboso o despejado aumentando a nuboso o muy nuboso durante la segunda mitad del día
Precipitaciones	Probables a partir de media tarde, débiles o moderadas, a veces en forma de chubasco.
Cota de nieve	Subiendo de 1.300 – 1.500 metros a 1.700
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	Con pocos cambios. Heladas débiles, moderadas y localmente persistentes en cotas altas
Viento	Del noroeste girando a oeste, moderado con intervalos de intensidad fuerte, más intenso en cotas altas donde podrán registrarse rachas muy fuertes

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

Domingo 03.02.2024	
Estado del Cielo	Nuboso o muy nuboso de madrugada y primeras horas disminuyendo a intervalos nubosos, poco nuboso al final
Precipitaciones	Débiles o localmente moderadas al inicio de la jornada, no se descartan durante el resto del día algunas débiles y dispersas
Cota de nieve	Bajando de 1.700 metros a 1.000 – 1.200
Tormentas	No se esperan
Temperaturas	En ligero o moderado descenso. Heladas moderadas, localmente fuertes y persistentes en cotas altas
Viento	Del noroeste, moderado con intervalos de intensidad fuerte, más intenso en cotas altas donde podrán registrarse rachas muy fuertes.

Valores previstos en la atmósfera libre	
Altitud Isoterma 0ºC en la atmósfera libre	2.300 m
Altitud de la isoterma de -10ºC en la atmósfera libre	3.900 m
Viento en atmósfera libre a 1.500 m	NW 20 km/h
Viento en atmósfera libre a 3.000 m	NW 40 km/h

Temperatura y Sensación Térmica (ST) en (ºC): Minima (ST) Máxima (ST)				
Lugar	Tª Mín	Mín (ST)	Tª Máx	Máx. (ST)
Pradollano a 2165 m	-2	-9	2	2
Borreguiles a 2665 m	-6	-14	-1	-4

Campaña Invierno Seguro 2023 / 2024

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

Circular Preventiva

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

Condiciones Generales por zonas	
GENERAL	Nieve por encima de 1.700 metros. Amplias zonas con hielo muy duro y nieve dura, especialmente por la mañana. Nieve en numerosas veredas y caminos forestales con presencia de hielo en bastantes zonas. Carretera de **Güejar Sierra** hacia la **Vereda de la Estrella CORTADA** a la altura del puente sobre el **Río Maitena.** **¡¡ATENCIÓN!!: Imprescindible el uso de casco, crampones y piolet y dominar su uso. Imprescindible disponer de material y equipo invernal en óptimas condiciones.** **Se hace necesaria una óptima gestión del terreno y condiciones.** **Rogamos extremar al máximo la precaución**
Refugio Guardado POQUEIRA	**CERRADO POR OBRAS**
Refugio Guardado POSTERO ALTO	**CERRADO POR OBRAS**
Otros alojamientos	**Refugio Guardado de San Francisco – ABIERTO**
	Albergue Universitario – ABIERTO

(Fuentes: Parque Nacional y Natural de Sierra Nevada, Aemet y Asociación Andaluza de Guías de Montaña (AAGGM))

¡FORMACIÓN + PREVENCIÓN = SEGURIDAD!

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

Alertas por fenómenos meteorológicos adversos en Andalucía

- **Predicción AEMET**: [Web Aemet]

02.03.2024	
ALMERIA	**PONIENTE, ALMERIA CAPITAL Y LEVANTE** **Fenómeno adverso**: COSTEROS **Inicio**: 21:00 – 02/03/24 **Fin**: 23:59 – 02/03/24 **Probabilidad**: 40 -70 % **Riesgo:** Importante **Observaciones**: Viento del oeste y suroeste de 60 a 70 km/h (fuerza 7) y olas de 3 a 4 metros

02.03.2024	
ALMERIA	**PONIENTE, ALMERIA CAPITAL Y LEVANTE** **Fenómeno adverso**: VIENTO **Inicio**: 18:00 – 02/03/24 **Fin**: 23:59 – 02/03/24 **Probabilidad**: 40 -70 % **Observaciones**: Rachas máximas: 70 km/h. Vientos del oeste
	PONIENTE, ALMERIA CAPITAL Y LEVANTE **Fenómeno adverso**: COSTEROS **Inicio**: 12:00 – 02/03/24 **Fin**: 20:59 – 02/03/24 **Probabilidad**: 40 -70 % **Observaciones**: Viento del oeste de 50 a 60 km/h (fuerza 7) y olas de 3 metros

02.03.2024	
GRANADA	**COSTA** **Fenómeno adverso**: COSTEROS **Inicio**: 12:00 – 02/03/24 **Fin**: 23:59 – 02/03/24 **Probabilidad**: 40 -70 % **Observaciones**: Viento del oeste de 50 a 60 km/h (fuerza 7) y olas de 3 metros

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

CAMPAÑA "INVIERNO SEGURO 2023/2024"

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@fadmes.es o bien al whatsapp: 609-533.854 al objeto de gestionar su difusión en toda la red.

Campaña Invierno Seguro 2023 / 2024

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

BASE DE DATOS RASEMON Y SOLICITUD DE FORMACIONES RASEMON

RASEMON (Red Andaluza de Seguridad en Montaña)

Campaña "INVIERNO SEGURO 2023/2024"

Desde el **Área de Prevención y Seguridad en Montaña FAM** invitamos a todos los Referentes de Seguridad de las Delegaciones Provinciales, Clubes Deportivos y Deportistas federados y federadas interesados en recibir información de la RASEMON a darse de alta en la misma.

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

ENLACE FORMULARIO INSCRIPCIÓN A RASEMON

(A cumplimentar sólo por Referentes de Seguridad Provinciales, Referentes de Seguridad de Clubes Deportivos y Deportistas federados y federadas interesados en recibir información de la RASEMON)

Por otro lado, todas las Delegaciones Provinciales de la FAM y los Clubes Deportivos de la FAM interesados en organizar y realizar acciones formativo-preventivas de prevención y seguridad en montaña, podrán realizar su solicitud a través del siguiente formulario:

ENLACE FORMULARIO SOLICITUD ACCIONES FORMATIVO-PREVENTIVAS RASEMON

¡FORMACIÓN + PREVENCIÓN = SEGURIDAD!

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

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**

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

RASEMON

RED ANDALUZA DE SEGURIDAD EN MONTAÑA

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

CONSEJOS DE SEGURIDAD - FORMACIÓN - PREVENCIÓN

Al igual que en campañas anteriores, incluimos un espacio en la **Circular Preventiva RASEMON**, 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@fadmes.es (Extensión máxima aproximada ½ página).

RIESGOS EN MONTAÑA: ¿Cómo actuar?

EL VIENTO

El viento aumenta el efecto del frio ya que aumenta la pérdida de calor corporal (**sensación térmica**).

A esto, debemos unir otros problemas que puede plantearnos y que también debemos saber gestionar. Generalmente, estaremos menos expuestas a su acción en zonas de valles y cotas bajas, mientras que estaremos más expuestos a su acción en cotas altas.

Es por ello, que cuando vayamos a realizar actividades en cotas altas debemos tener en cuenta ciertas recomendaciones en relación a este factor de riesgo:

- Sin lugar a dudas, una buena vestimenta siempre será necesaria en nuestras salidas
- Las zonas de bosque cerrado nos protegerán del viento, pero también aumentará el riesgo de que, en caso de vientos fuertes, alguna rama rota pueda golpearnos.
- Debemos prestar especial atención a las rachas de viento, ya que puede llegar a desequilibrarnos y provocarnos una caída…atención especial en zonas y pasos expuestos.
- Generalmente, las zonas más expuestas a la acción del viento son:
  - Las crestas
  - Las cumbres
  - Las proximidades a cortados/precipicios
  - Especialmente, los collados

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es

Circular Preventiva

ÁREA DE PREVENCIÓN Y SEGURIDAD

CAMPAÑA INVIERNO SEGURO – 2023/2024

- En las actividades de escalada con viento, debemos procurar que no nos desequilibre en mitad de un paso complicado. Mantener las cuerdas plegadas en la reunión es una opción segura para evitar enganches de las mismas.
  También tendremos que estar atentos a posibles enganches en las maniobras de rapel (mejor no lanzar la cuerda de una sola tirada) y en las maniobras de recuperación.
- El viento, en la montaña invernal, provoca la creación de las conocidas como "placas de viento", especialmente en las laderas de sotavento, las cuales constituyen un verdadero peligro de aludes, por ello, hay que prestar especial atención al terreno y condiciones cuando salgamos a realizar actividades tras un periodo previo de mucho viento.
- En ocasiones, desde el fondo de los valles no se aprecia la intensidad real del viento, sin embargo, podemos observar la velocidad de las nubes, la forma de las nubes ("nubes banderas"), el movimiento de la copa de los árboles, la nieve venteada en cumbres y crestas…

Fuente: Guía de autoprotección del visitante "Parque Nacional de Sierra Nevada"

Campaña Invierno Seguro 2023 / 2024

Federación Andaluza de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo
Área de Prevención y Seguridad
www.fedamon.com
(+34)609533854
seguridad@fadmes.es