

PLAN DE AUTOPROTECCIÓN



PLAN DE AUTOPROTECCIÓN Y PLAN DE EMERGENCIA

PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

Se entiende como Plan de Autoprotección al sistema de acciones y medidas encaminadas a prevenir y controlar los riesgos sobre las personas y el entorno, a dar respuesta adecuada a las posibles situaciones de emergencia y a garantizar la integración de estas actuaciones con el sistema público de Protección Civil. Estas acciones y medidas deben ser adoptadas por los titulares de las actividades, con sus propios medios y recursos, dentro de su ámbito de competencia.

Ámbito de aplicación

El presente documento será de aplicación a todas las actividades desarrolladas en el ámbito de la Federación de Espeleología del Principado de Asturias (FESPA).

Todas las actividades contarán con la preceptiva autorización de la FESPA y su comité técnico.

Dirección:

Federación d'Espeleoloxía del Principáu d'Asturies (FESPA)
Sede: C/ Avda. Julián Clavería, 11, Of. 21
33006 – Oviedo/Uviéu (Asturies)

La FESPA cuenta con el correspondiente seguro de Responsabilidad Civil y todos los participantes deberán estar en posesión de la licencia federativa correspondiente. Si la actividad no cuenta con la participación y autorización de la FESPA, como puede ser el caso de actividades desarrolladas por particulares y/o clubes, la FESPA estará exenta de toda responsabilidad.

Descripción detallada de la actividad.-

Localización de la actividad: Todas las actividades desarrolladas por la FESPA dentro del territorio del Principado de Asturias o la cobertura del seguro. Cuando se realice la preceptiva evaluación de riesgos se informará de la localización geográfica de la actividad.

Las actividades a las que será de aplicación el presente plan son: Cursos de espeleología en sus diferentes niveles, Cursos de Barrancos en sus diferentes niveles, y actividades CADE de espeleosocorro y exploración.

Identificación de los responsables: Previo al desarrollo de la actividad y a la autorización por parte de FESPA se designará un Coordinador de la Actividad,

consignando su nombre completo, DNI, nº teléfono, correo electrónico y listado de participantes.

Los menores de 18 años deberán contar con autorización PATERNA/MATERNA, que será entregada firmada a la FESPA o en su defecto irán acompañados por un tutor que será responsable del menor.

Identificación, análisis y evaluación de riesgos.

De acuerdo con lo expuesto en el RD 393/2007 se define riesgo como:

Riesgo: Grado de pérdida o daño esperado sobre las personas y los bienes y debido a la ocurrencia de un efecto dañino específico.

El riesgo es por tanto una magnitud cuantificable y que varía en función de tres parámetros: la exposición, la probabilidad y las consecuencias.

Riesgos naturales: Son aquellos que tienen su origen en fenómenos naturales (factores geográficos, geológicos y meteorológicos), siendo los accidentes que provocan múltiples y variados. Dado su origen, la presencia de esta clase de riesgos está condicionada por las características particulares de cada lugar.

En el caso que nos ocupa, se contemplan los siguientes riesgos naturales:

- Inundaciones: crecidas de ríos o barrancos, acumulaciones pluviales, rotura/descarga de presas, subida de nivel freático, etc.
- Movimientos gravitatorios: desprendimientos, deslizamientos de tierra o hundimientos del terreno, caídas de rocas.
- Asociados a fenómenos atmosféricos: Nevadas, heladas, aludes, olas de frío, granizo, lluvias torrenciales, vendavales, oleaje en el mar.

Riesgos antrópicos: Están directamente relacionados con la actividad y el comportamiento del hombre.

- Riesgos Sanitarios: contaminación bacteriológica (filtración de purines), intoxicaciones por gases.
- Incidentes o accidentes en localizaciones con problemas de accesibilidad: medio hídrico (ríos, lagos, embalses, costa), cavidades y subsuelo en general, montaña.
- Accidentes asociados a la actividad deportiva (rotura cuerda, fallo anclajes, instalaciones deficientes, material obsoleto, caducado o fatigado, etc.).

Identificación, análisis y evaluación de los riesgos de la actividad y de la zona o instalación donde se desarrolla la actividad.

La Evaluación de los Riesgos es el proceso dirigido a estimar la magnitud de aquellos riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria

para que el promotor de la actividad esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas y, en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse.

En sentido general y admitiendo un cierto riesgo tolerable, mediante la evaluación de riesgos se ha de dar respuesta a: ¿es segura la actividad analizada? El proceso de Evaluación de Riesgos se compone de las siguientes etapas:

- **Análisis del riesgo**, mediante el cual se:
 - Identifica el peligro
 - Se estima el riesgo, valorando conjuntamente la probabilidad y las consecuencias de que se materialice el peligro.

El Análisis del Riesgo proporcionará de qué orden de magnitud es el riesgo.

Al Análisis del Riesgo sigue la Valoración del Riesgo, en la que se considera el nivel de aceptación del riesgo en cada cultura. La pregunta es: ¿Qué se permite que suceda? La respuesta define la aceptación del riesgo. Si el riesgo calculado en el análisis es mayor que el aceptado, se precisarán medidas preventivas.

- **Valoración del riesgo**, con el valor del riesgo obtenido, y comparándolo con el valor del riesgo tolerable, se emite un juicio sobre la tolerabilidad del riesgo en cuestión.

Si de la Evaluación del Riesgo se deduce que el riesgo es **no tolerable**, hay que controlar el riesgo. Al proceso conjunto de Evaluación del Riesgo y Control del Riesgo se le suele denominar Gestión del riesgo.

La Evaluación de Riesgos solo podrá ser realizada por personal competente.

Debe hacerse con una buena planificación y nunca debe entenderse como una imposición burocrática, ya que no es un fin en sí misma, sino un medio para decidir si es preciso adoptar medidas preventivas.

Si de la Evaluación de Riesgos se deduce la necesidad de adoptar medidas preventivas, se deberá:

- *Eliminar o reducir el riesgo, mediante medidas de prevención en el origen, organizativas, de protección colectiva, de protección individual o de formación e información a los participantes de la actividad.*
- *Controlar periódicamente las condiciones, la organización y los métodos de trabajo y el estado de salud de los participantes.*

La Evaluación de Riesgos debe ser un proceso dinámico. La evaluación inicial debe revisarse cuando se hayan detectado daños a la salud de los participantes o bien cuando las actividades de prevención puedan ser inadecuadas o insuficientes. Para ello se deberán considerar los resultados de:

- a) Investigación sobre las causas de los daños para la salud de los participantes
- b) Las actividades para la reducción y el control de los riesgos

Finalmente la evaluación de riesgos ha de quedar documentada, debiendo reflejarse, los siguientes datos:

- a) Identificación de la actividad.
- b) El riesgo o riesgos existentes.
- c) La relación de participantes afectados.
- d) Resultado de la evaluación y las medidas preventivas procedentes.
- e) Referencia a los criterios y procedimientos de evaluación.

Clasificación de las actividades

Un paso preliminar a la Evaluación de Riesgos es preparar una lista de actividades, agrupándolas en forma racional y manejable. Una posible forma de clasificar las actividades es la siguiente:

- a) Aproximación
- b) Barranco
- c) Cueva horizontal
- d) Cueva vertical
- e) Formación
- f) Espeleosocorro
- g) Exploración

Para cada actividad puede ser preciso obtener información, entre otros, sobre los siguientes aspectos:

- a) Trabajos instalación y de mantenimiento de anclajes, pasamanos, etc.
- b) Etapas en el desarrollo de la actividad:
 - a. Ascenso por cuerda
 - b. Descenso por cuerda
 - c. Saltos al agua
 - d. Gateos
 - e. Progresión por cauce inundado
 - f. Esperas
 - g. Desobstrucción
- c) Lugares donde se realiza la actividad.

- d) Tareas definidas, por ejemplo: instructor, alumno, participante, colaboradores, guías, etc.
- e) Quien realiza la actividad, tanto experto como ocasional.
- f) Formación que han recibido los participantes sobre la realización de la actividad.
- a) Información que han recibido los participantes sobre la realización de la actividad.
 - a. (Documento de Conocimiento del Riesgo e Instrucciones a los Participantes)
- b) Procedimientos escritos de trabajo, y/o permisos de trabajo.
 - a. Evaluación de riesgo
 - b. Medidas de control y procedimiento de trabajo
- c) Equipación adecuada a la actividad a realizar
- d) Instrucciones de fabricantes y suministradores para el funcionamiento y mantenimiento de equipos. (enlaces en la página de la FESPA)
- e) Tamaño, forma y peso de los equipos a manejar.
- f) Distancia y altura a las que han de moverse de forma manual los equipos.
- g) Medidas de control existentes.
- h) Datos de evaluaciones de riesgos existentes, relativos a la actividad desarrollada.
- i) Organización de la actividad.

Análisis de riesgos

Identificación de peligros

Para llevar a cabo la identificación de peligros hay que preguntarse tres cosas:

- a) ¿Existe una fuente de daño?
- b) ¿Quién (o qué) puede ser dañado?
- c) ¿Cómo puede ocurrir el daño?

Con el fin de ayudar en el proceso de identificación de peligros se puede desarrollar una lista de preguntas, tales como: durante las actividades, ¿existen los siguientes peligros?

- a) golpes y cortes.
- b) caídas al mismo nivel.
- c) caídas de personas a distinto nivel.
- d) caídas de herramientas, materiales, etc., desde altura.
- e) espacio restringido.
- f) peligros asociados con manejo manual de cargas.
- g) peligros en las instalaciones asociados con el montaje, la utilización y el mantenimiento.

- h) sustancias o agentes que pueden dañar los ojos (polvo en los ojos durante la instalación de anclajes, etc.).
- i) trastornos músculo-esqueléticos derivados de movimientos repetitivos.
- j) ambiente térmico inadecuado.
- k) condiciones de iluminación inadecuada.
- l) La lista anterior no es exhaustiva. En cada caso habrá que desarrollar una lista propia, teniendo en cuenta el carácter de sus actividades de trabajo y los lugares en los que se desarrollan.

Estimación del riesgo

Severidad del daño

Para determinar la potencial severidad del daño, debe considerarse:

- a) partes del cuerpo que se verán afectadas
- b) naturaleza del daño, graduándolo desde ligeramente dañino a extremadamente dañino.

Ejemplos de ligeramente dañino:

- Daños superficiales: cortes y magulladuras pequeñas, irritación de los ojos por polvo.
- Molestias e irritación, por ejemplo: dolor de cabeza, malestar.

Ejemplos de dañino:

- Laceraciones, quemaduras, conmociones, torceduras importantes, fracturas menores.
- trastornos músculo-esqueléticos, enfermedad que conduce a una incapacidad menor.
- Hipotermia leve o moderada

Ejemplos de extremadamente dañino:

- Amputaciones, fracturas mayores, intoxicaciones, lesiones múltiples, lesiones fatales.
- Ahogamiento
- Hipotermia severa o grave

Probabilidad de que ocurra el daño

La probabilidad de que ocurra el daño se puede graduar, desde baja hasta alta, con el siguiente criterio:

- Probabilidad alta: El daño ocurrirá siempre o casi siempre
- Probabilidad media: El daño ocurrirá en algunas ocasiones
- Probabilidad baja: El daño ocurrirá raras veces

A la hora de establecer la probabilidad de daño, se debe considerar si las medidas de control ya implantadas son adecuadas. Los requisitos legales y los códigos de buena práctica para medidas específicas de control, también juegan un papel importante. Además de la información sobre las actividades, se debe considerar lo siguiente:

- Participantes especialmente sensibles a determinados riesgos (características personales o estado biológico).
- Frecuencia de exposición al peligro.
- Fallos en los componentes de las instalaciones, así como en los dispositivos de protección.
- Exposición a los elementos.
- Protección suministrada por los EPI y tiempo de utilización de estos equipos.
- Actos inseguros de las personas** (errores no intencionados y violaciones intencionadas de los procedimientos)

El cuadro siguiente da un método simple para estimar los niveles de riesgo de acuerdo a su probabilidad estimada y a sus consecuencias esperadas.

		Consecuencias		
		Ligeramente dañino	Dañino	Extremadamente dañino
Probabilidad	Baja	Riesgo trivial	Riesgo tolerable	Riesgo moderado
	Media	Riesgo tolerable	Riesgo moderado	Riesgo importante
	Alta	Riesgo moderado	Riesgo importante	Riesgo intolerable

Valoración de riesgos: Decidir si los riesgos son tolerables

Los niveles de riesgos indicados en el cuadro anterior, forman la base para decidir si se requiere mejorar los controles existentes o implantar unos nuevos, así como la temporización de las acciones. En la siguiente tabla se muestra un criterio

sugerido como punto de partida para la toma de decisión. La tabla también indica que los esfuerzos precisos para el control de los riesgos y la urgencia con la que deben adoptarse las medidas de control deben ser proporcionales al riesgo.

Riesgo	Acción y temporización
Trivial (T)	No se requiere acción específica
Tolerable (TO)	No se necesita mejorar la acción preventiva. Sin embargo se requieren comprobaciones periódicas para asegurar que se mantiene la eficacia de las medidas de control.
Moderado (M)	Se deben hacer esfuerzos para reducir el riesgo. Las medidas para reducir el riesgo deben implantarse en un período determinado. Cuando el riesgo moderado está asociado con consecuencias extremadamente dañinas, se precisará una acción posterior para establecer, con más precisión, la probabilidad de daño como base para determinar la necesidad de mejora de las medidas de control.
Importante (I)	No debe comenzarse la actividad hasta que se haya reducido el riesgo. Cuando el riesgo corresponda a una actividad que se está realizando, debe remediarse el problema en un tiempo inferior al de los riesgos moderados.
Intolerable (IN)	No debe comenzar ni continuar la actividad hasta que se reduzca el riesgo. Si no es posible reducir el riesgo, incluso con recursos ilimitados, debe prohibirse la actividad.

Preparar un plan de control de riesgos

El resultado de una evaluación de riesgos debe servir para hacer un inventario de acciones, con el fin de diseñar, mantener o mejorar los controles de riesgos. Es necesario contar con un buen procedimiento para planificar la implantación de las medidas de control que sean precisas después de la evaluación de riesgos.

Los métodos de control deben escogerse teniendo en cuenta los siguientes principios:

- a) Combatir los riesgos en su origen
- b) Adaptar la actividad a la persona, en particular en lo que respecta a la elección de los equipos.
- c) Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- d) Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro
- e) Adoptar las medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.
- f) Dar las debidas instrucciones a los participantes en la actividad (ver Anexo: Advertencias de Seguridad durante los Cursos de Formación).

Revisar el plan

El plan de actuación debe revisarse antes de su implantación, considerando lo siguiente:

- a) Si los nuevos sistemas de control de riesgos conducirán a niveles de riesgo aceptables.
- b) Si los nuevos sistemas de control han generado nuevos peligros.
- a) La opinión de los afectados sobre la necesidad y la operatividad de las nuevas medidas de control.

La evaluación de riesgos debe ser, en general, un proceso continuo. Por lo tanto la adecuación de las medidas de control debe estar sujeta a una revisión continua y modificarse si es preciso. De igual forma, si cambian las condiciones de la actividad, y con ello varían los peligros y los riesgos, habrá de revisarse la evaluación de riesgos.

Modelo de formato para la evaluación general de riesgos

La Ley de Prevención de Riesgos Laborales en su artículo 23.1 a) y el R.D. 39/1997, documentar la evaluación de riesgos y conservarla a disposición de las autoridades.

Para ayudar al cumplimiento de dicha exigencia, en el Anexo se da un modelo de formato para la evaluación general de riesgos.

Anexos: Modelos de impresos para la Gestión del Riesgo

Lista no exhaustiva de riesgos

En el proceso de identificación de peligros, es útil categorizarlos en distintas formas, por ejemplo. La lista siguiente no es exhaustiva. En cada caso habrá que desarrollar una lista propia, teniendo en cuenta el carácter de sus actividades y los lugares en los que se desarrollan.

- a) golpes y contusiones

- b) caídas al mismo nivel
- c) caídas de personas a distinto nivel
- d) caídas desde altura de herramientas, materiales, rocas, etc.
- e) espacio restringido.
- f) peligros asociados con manejo manual de cargas.
- g) peligros en las instalaciones.
- h) trastornos músculo-esqueléticos derivados de movimientos repetitivos.
- i) trastornos músculo-esqueléticos derivados de posturas forzadas.
- j) ambiente térmico inadecuado. (frio/calor)
- k) condiciones de iluminación inadecuada.
- l) bloques/piedras inestables.
- m) Ahogamiento.
- n) Hipotermia.
- o) Fallo de equipo o material.
- p) Riesgo de fatiga.

Las caídas de personas a distinto nivel (caídas a gran altura) se deben fundamentalmente a efectuar la actividad sin la debida planificación, utilización inadecuada de los EPI's o falta de control suficiente de los mismos, materiales auxiliares deteriorados o mal mantenidos, puntos de anclaje insuficientes o mal distribuidos, falta de formación o formación insuficiente, ausencia de nudo al final de cuerda, exposición innecesaria al riesgo y falta de control de los participantes.

La caída de materiales sobre personas es debida a llevar herramientas sueltas o sin el equipo auxiliar de transporte en operaciones de subida o bajada o mientras se realizan instalaciones, o bien a la presencia de personas situadas en las proximidades o bajo la vertical de la zona de actividad. En el caso de caída de rocas o bloques puede llegar a ser extremadamente grave y pudiendo dar lugar a atrapamientos o aplastamientos

Peligros en las instalaciones. Deficiente ejecución de los anclajes y error o ausencia en la verificación de la instalación

Ambiente térmico inadecuado. (Frio/calor). Equipo inadecuado o sobrepasar el tiempo previsto de exposición

Condiciones de iluminación inadecuada. Errores en los cálculos de la autonomía de los equipos o sobrepasar el tiempo previsto para la actividad

Bloques/piedras inestables. Falta de vigilancia sobre el entorno

Ahogamiento. Por inmersión, infravalorar riesgos, desconocer fondo, etc.

Hipotermia. Por exposición prolongada al frio por inmersión, corrientes de aire, etc.

Fallo de equipo o material. Errores en la utilización del equipo, no renovar equipos, falta de mantenimiento, etc.

Riesgo de fatiga. Regular los descansos periódicos y las condiciones ergonómicas de la actividad.

Equipamiento básico para el desarrollo de la actividad

Cuerdas

Las cuerdas homologadas para barrancos y espeleología deben cumplir con la norma UNE-EN-1891. El material normalmente utilizado es la fibra de nylon, del tipo poliamida; las cuerdas semiestáticas están pensadas para soportar esfuerzos constantes como son el peso de personas y que presentan una elongación entre el 1,5 y el 3 % frente a un esfuerzo puntual. El coeficiente de seguridad debe ser de 10. La duración y resistencia de las cuerdas está relacionada con una serie de medidas de prevención a tener en cuenta:

- Limitar la utilización de una cuerda a un tiempo determinado teniendo en cuenta que a partir de la fecha de fabricación la resistencia de las cuerdas disminuye progresivamente en función del uso que se le da.
- Todas las cuerdas deben llevar una ficha o folleto con sus características.
- Evitar la exposición a los rayos solares.
- Mantener limpias de barro, etc. En caso de tener que limpiarlas utilizar solo agua o un detergente neutro.
- Preservar la cuerda de los efectos abrasivos derivados del roce con elementos que sobresalen respecto a la vertical.
- Utilizar cuerdas debidamente certificadas.
- Utilizar cuerdas del diámetro adecuado.

Arneses

Los arneses son dispositivos de prensión del cuerpo destinados a parar las caídas.

El arnés puede estar constituido por bandas, elementos de ajuste y de enganche y otros elementos, dispuestos y ajustados de forma adecuada sobre el cuerpo de una persona para sujetarla durante una caída y después de la parada de ésta.

Los arneses deben estar diseñados de forma que no presionen, limitando la circulación sanguínea, sujeten la región lumbar y no ejerzan fuertes presiones sobre el hueso ilíaco. En general deberán cumplir con las normas UNE-EN 12277

Aparatos de progresión

Son los dispositivos que sirven para realizar las maniobras sobre las cuerdas y progresar en cualquier dirección. Hay aparatos para ascender (bloqueadores, EN567) y aparatos para descender (descendedores, EN341 Clase A); todos ellos necesitan la

manipulación del operario para ascender o descender, bloqueándose automáticamente en caso de dejar de actuar, evitando de esta forma un descenso incontrolado.

Cascos.

Al objeto de proteger la cabeza de impactos por caída de objetos, choques, atrapamiento lateral. Para asegurar una protección adecuada este casco debe adaptarse o ser ajustado a la cabeza del usuario. El casco está hecho para absorber la energía de un golpe mediante la destrucción parcial o deterioro del casquete y del arnés; cualquier casco sometido a un impacto importante debería ser reemplazado. EN 12492, UIAA.

Recomendaciones de seguridad complementarias

En las actividades en que se utilicen sistemas anticaídas se deben seguir una serie de recomendaciones de seguridad complementarias de las que podemos destacar las siguientes:

- El equipo de protección individual se debe usar permanentemente durante todo el tiempo que dure la actividad a realizar.
- Se han de evitar desgastes en el equipo, en particular por contactos y frotamientos con aristas o superficies rugosas.
- No exponer innecesariamente los elementos que componen el equipo a los rayos solares u otros agentes nocivos.
- Señalar cualquier anomalía detectada en el equipo debiendo, en todos los casos desechar un equipo que haya soportado una caída.
- Después de su utilización el equipo debe secarse en su caso, guardarlo en un lugar al abrigo de las inclemencias atmosféricas, luz u otros posibles agentes agresivos.
- Seguir las recomendaciones del fabricante en el uso y manejo de los equipos
- Recabar toda la información previa sobre la actividad:
 - Previsión meteorológica
 - Topografía
 - Cartografía
 - Reseña instalación
- En el caso de formación se debe respetar los ratios establecidos por el Comité Técnico de la FESPA

Mantenimiento

Todos los elementos que componen el equipo de protección anticaídas deberán comprobarse y verificarse periódicamente por cada usuario en el caso de material particular o por el responsable de la actividad en el caso de material colectivo o propiedad de la FESPA antes de iniciar la actividad, debiendo desecharse cualquier equipo o elemento del mismo que presente algún tipo de daño.

Cualquier participante en la actividad, podrá detectar algún tipo riesgo, este se pondrá en conocimiento a la mayor brevedad posible del coordinador de la actividad, dando la información del lugar y características más precisas posibles del riesgo existente. Ejemplos: cuerda defectuosa, anclajes mal elaborados, nudos mal ejecutados, o falta de nudo terminal, roces en cuerdas, etc., etc.



PLAN DE EMERGENCIA

1-INTRODUCCIÓN

En el día a día de las actividades de la FESPA, se pueden producir diferentes situaciones de emergencia que pueden dar lugar a graves daños personales.

Aunque por su propia definición las emergencias son sucesos inesperados, hay aspectos de las mismas que se pueden y se deben de prever de cara a organizar los medios necesarios para hacerlas frente, en caso de que se produzcan. Sólo así se pueden minimizar las posibles consecuencias de las mismas.

NOTA: *Las especiales características de las actividades de las FESPA, especialmente el alejamiento e inaccesibilidad de los medios de socorro e emergencias urge a priorizar las medidas preventivas sobre cualquier otra actuación.*

Normalmente las situaciones de emergencia se caracterizan por:

- Ser poco frecuentes.
- Desencadenarse de forma rápida e inesperada.
- Tener graves consecuencias humanas.
- Causar gran temor, nerviosismo e incertidumbre entre las personas.
- Requerir una intervención inmediata y precisa para evitar males mayores.

Debido a estas características, cuando se produce una situación de emergencia, se generan situaciones de alarma y desconcierto, que dificultan la actuación y la toma de decisiones.

El objetivo de esta guía es proporcionar información accesible, coordinada y eficaz, para conseguir que cualquier incidente que pueda afectar al desarrollo habitual de la actividad tenga una incidencia mínima o nula sobre las personas y sobre la continuidad de las actividades.

Cada miembro interviniente en el dispositivo de emergencia asumirá las funciones que se detallan posteriormente, teniéndose en cuenta para dicha asignación, las habilidades, conocimientos y experiencia, tanto en lo relativo a las medidas preventivas como en la intervención ante los riesgos reflejados.

CONCEPTOS BÁSICOS

DEFINICIÓN DE EMERGENCIA

Es aquella situación de peligro o desastre que requiere de una acción inmediata por la capacidad de causar daño, en términos de lesiones a las personas, a la propiedad, al medio ambiente o una combinación de ambos.

DEFINICIÓN DE PLAN DE EMERGENCIAS

Parte del Plan de Autoprotección que establece unos criterios básicos de actuación del personal para una rápida y ordenada actuación, en función del tipo de emergencia. El plan de emergencias responderá, pues, a las preguntas ¿qué hay que hacer?, ¿cuándo se va hacer?, ¿cómo y dónde se va hacer? y ¿quién lo va hacer? Asimismo, debe contemplar actuaciones o consignas dirigidas a prevenir potenciales situaciones de emergencia.

EVACUACIÓN

Acción de traslado planificado de las personas, afectadas por una emergencia, de un lugar a otro lugar provisional y seguro.

CLASIFICACIÓN DE LAS EMERGENCIAS

EN FUNCIÓN DE LA GRAVEDAD

En función de la gravedad de la situación se pueden clasificar las emergencias en dos grupos:

Emergencias Leves. -Lesiones leves.

Emergencias Graves. -Lesiones Grave.

Emergencias Leves o conato de Emergencia. -Lesiones leves

Pequeño incidente que no afecta de inmediato al resto de la actividad y que se estima que puede ser controlado y dominado de forma sencilla y rápida por el personal y medios de protección propios.

En situaciones de conato de emergencia, como, por ejemplo, caídas, abrasiones, etc., que pueden ser solucionadas sin la necesidad de que el personal sanitario se traslade hasta el lugar del incidente.

Emergencias Graves o Emergencia General –Lesiones Graves.

Es la situación que precisa de la actuación de las ayudas externas debido a que los medios de protección resultan insuficientes y también precisa de la evacuación de todos los participantes en la actividad al punto exterior seguro.

En situaciones de Emergencias, caídas que precisen de la intervención de equipos de emergencias in situ. La persona designada para dar la alarma descrita en este plan contactará mediante teléfono o radio con los servicios de emergencias (112) y personal técnico de la FESPA, informando -en forma precisa y clara- de la posición en la que ha ocurrido el incidente, número de afectados y una primera valoración de la situación. En caso de ser necesario el traslado de la ambulancia, indicará el lugar más próximo al siniestro con acceso rodado.

Acciones

Las distintas emergencias requerirán la intervención de personas y medios para garantizar en todo momento:

- La alerta, que de la forma más rápida posible pondrá en acción a los equipos del personal de primera intervención interiores e informará a los restantes equipos del personal interiores y a las ayudas externas.
- La alarma para la evacuación de los ocupantes.
- La intervención para el control de las emergencias.
- El apoyo para la recepción e información a los servicios de ayuda exterior.

Para lograr una correcta coordinación entre todos los estamentos actuantes ante una emergencia y dar eficacia y fluidez a las órdenes que darán lugar a la activación de las distintas acciones a tomar, es aconsejable centralizar en una persona la información y toma de decisiones durante el desarrollo de una situación de emergencia. Esta estará ubicada en un lugar accesible y seguro. En el mismo, estarán centralizados los medios de comunicación interior y exterior, números de teléfonos importantes y en general toda la información necesaria durante una emergencia.

Equipos de emergencia: denominación, composición y misiones

Constituyen el conjunto de personas especialmente entrenadas y organizadas para la prevención y actuación en accidentes dentro del ámbito de la actividad.

En materia de prevención su misión fundamental consiste en evitar la coexistencia de condiciones que puedan originar el siniestro.

En materia de protección, hacer uso de los equipos e instalaciones previstas a fin de dominar el siniestro o en su defecto controlarlo hasta la llegada de ayudas

externas, procurando, en todo caso, que el coste en daños humanos sea nulo o el menor posible. Para ello, deberán estar informados de la dotación de medios de que se dispone, formados en su utilización y entrenadas a fin de optimizar su eficacia. Los equipos se denominarán en función de las acciones que deban desarrollar sus miembros.

Equipo de alarma y evacuación (E.A.E.)

Entre sus misiones fundamentales destacan, preparar la evacuación, entendiendo como tal la comprobación de que las vías de evacuación están expeditas, reconocer los puntos estratégicos de las rutas de evacuación, etc. y dirigir la evacuación:

- Acceder al exterior, barranco o cueva, para dar la alarma.
- Esperar en un punto a los servicios de rescate y guiarlos hasta el lugar del siniestro
- Evacuación de las personas no afectadas por la emergencia.

El número de personas que componen el E.A.E. puede ser muy variable, debido a las características de la actividad: nº participantes, distancia, desnivel, etc. El perfil de estas personas, debe ser tal que entre otras características tengan serenidad y sepan infundir y transmitir tranquilidad a los demás.

Equipos de primeros auxilios (E.P.A.)

Su misión será prestar los primeros auxilios a los lesionados durante una emergencia. Para ello deberá estar capacitado para decidir la atención a prestar a los heridos de forma que las lesiones que presentan no empeoren y proceder a la estabilización de los lesionados graves, a fin de ser evacuados. Asimismo debe tener el criterio de priorización ante la atención de lesiones. Para un correcto y eficaz desarrollo de su cometido los integrantes de los E.P.A. deberán tener formación y adiestramiento continuados en primeros auxilios, inmovilización, movilización y transporte de heridos. Al Coordinador de la Actividad le corresponde asegurar que se encuentra disponible en todo momento, durante el desarrollo de la actividad, botiquín de primeros auxilios

Lo más recomendable es diseñar el botiquín según las necesidades, teniendo en cuenta tipo de actividad, nº de participantes, etc.

Implantación del Plan de Autoprotección.

Programa de información a todo el personal sobre el Plan de Autoprotección.

Este plan en formato digital será repartido entre los federados. Para cualquier pregunta no dudéis en poneros en contacto con la FESPA.

Este plan en formato digital será expuesto en la web de la FESPA donde el interesado podrá descargárselo de modo fácil y gratuito, con el objetivo puesto en darlo a conocer al mayor número posible de personas.

Por implantación del plan de emergencia entendemos el conjunto de medidas a tomar o secuencia de acciones a realizar para asegurar la eficacia operativa del mismo.

Responsabilidad

La responsabilidad de implantación del Plan recae en el titular de la actividad (FESPA). El personal directivo, técnico, participarán activamente en la implantación.

Organización

Coordinación de acciones necesarias para la implantación y mantenimiento del Plan de Emergencia, a través de un jefe de emergencia o de un comité de emergencia en los casos en que se considere preciso.

Medios humanos

La adecuación de los medios humanos a las necesidades del plan no se limitará a la constitución de equipos. A tal fin se celebrarán reuniones informativas a las que asistirán todos los responsables de las actividades programadas, en las que se explicará el plan de emergencia, entregando a cada uno por escrito las consignas generales de autoprotección a conocer. Estas se referirán, al menos, a:

- Precauciones a adoptar para evitar las causas que pueden originar una emergencia.
- Forma en que deben informar cuando detecten una emergencia.
- Forma en que se les transmitirá la alarma.
- Información sobre lo que se debe hacer y lo que no ante una emergencia.

LOS EQUIPOS DE EMERGENCIAS. COMPOSICIÓN Y FUNCIONES.

En cualquier situación de emergencia debe conocerse perfectamente quien asume al mando y las competencias, estableciendo una estructura de los recursos humanos jerarquizada.

Hay que definir claramente la responsabilidad de cada miembro del equipo de emergencias y los medios que dispone a su alrededor.

Para ello se establece el siguiente **esquema de organización humana para actuar en situaciones de emergencia**:

Identificación y funciones de las personas y equipos que llevarán a cabo los procedimientos de actuación.

Identificación:

- Coordinador de la Actividad/Jefe de emergencia
- Equipo de alarma y evacuación
- Primeros auxilios
- Coordinador de la Emergencia en el exterior

Funciones:

La designación de cada cometido corresponde al Coordinador de la Actividad.

- El Coordinador de la Actividad asumirá las funciones de Jefe de la Emergencia in situ
- Equipo de alarma, si fuera posible, estará compuesto por un mínimo de dos personas. Una de las personas designadas para dar la alarma en el exterior asumirá las funciones de Coordinador de la Emergencia en el exterior hasta la llegada de ayuda externa o personal técnico de la FESPA que asumirá esta función.
- Una persona del equipo de alarma guiará hasta el lugar de la emergencia las ayudas externas propias (FESPA) o de terceros



Jefe de Emergencias en Cursos de Formación y prácticas				
Nombre	Formación	Función	Teléfono	Firma
	Técnico deportivo	Coordinador de la actividad		

Jefe de Emergencias en Actividades CADE				
Nombre	Formación	Función	Teléfono	Firma
	Preferiblemente Espeleosocorrista	Coordinador CADE o persona que lidera la salida		

Equipo de Alarma y Evacuación en Cursos de Formación y prácticas				
Nombre	Formación	Función	Teléfono	Firma
	Espeleosocorrista #1	Colaborador en la actividad		
	Espeleosocorrista #2	Colaborador en la actividad		

Coordinador de la Emergencia en el exterior en Cursos de Formación y prácticas				
Nombre	Formación	Función	Teléfono	Firma
	Espeleosocorrista #1	Colaborador en la actividad		

Espeleosocorrista #1: Una vez alcanzado el exterior para dar la alarma asumirá las funciones de Coordinador de la emergencia hasta la llegada de ayuda externa o personal técnico de la FESPA que asumirá esta función.

Guía ayuda externa hasta lugar de la emergencia en Cursos de Formación y prácticas

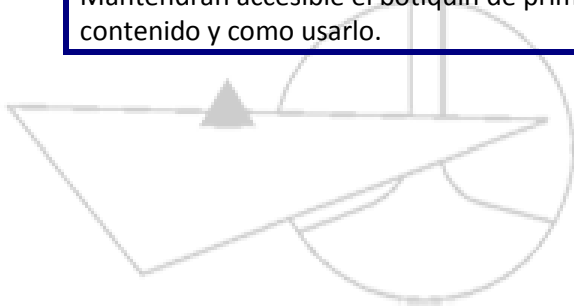
Nombre	Formación	Función	Teléfono	Firma
	Espeleosocorrista #2	Colaborador en la actividad		

Espeleosocorrista #2: guiará hasta el lugar de la emergencia las ayudas externas propias (FESPA) o de terceros

Equipo de Primeros Auxilios

Nombre	Cargo	Función	Teléfono	Firma
	Espeleosocorrista	Colaborador en la actividad		
	Espeleosocorrista	Colaborador en la actividad		

Mantendrán accesible el botiquín de primeros auxilios y se aseguraran de conocer su contenido y como usarlo.



Directorio de comunicación.

TELEFONOS DE INTERÉS:

Emergencias **1-1-2**

Presidente FESPA:

Compañía de Seguro:

Coordinador de la actividad:

Técnico Deportivo, en el caso de cursos de formación:

El teléfono para emergencias es el **1-1-2**, este está en continua evolución, intenta adaptarse a los cambios sociológicos, tanto de comportamiento humano en emergencias, nuevas tecnologías, procedimientos de respuesta etc.

En la llamada necesitamos que el operador identifique cuanto antes que la emergencia es: accidente espeleológico, caída, traumatismo, desaparecido, ahogado, etc.

CASO DE ACCIDENTE- En caso de que tengáis que realizar una petición de auxilio a los servicios de rescate, deberéis aseguráros de poder facilitar los siguientes datos:

- Quién solicita el socorro: Nombre y apellidos.
- Qué ha sucedido: Cuál ha sido el accidente, número de heridos, gravedad y tipo de lesiones.
- Cómo ocurrió el accidente: Descripción.
- Cuándo: Hora aproximada, a ser posible, exacta.
- Dónde: Dar las máximas referencias de la localización, o las coordenadas exactas si se posee GPS.
- Ayuda in situ: Cuántas personas pueden prestar ayuda en la zona del accidente (autorrescate).
- Cuáles son las condiciones meteorológicas en la zona: Viento, visibilidad, nieve.
- Qué características tiene la zona: Si está arbolada total o parcialmente, es pradera despejada, ladera pedregosa, etc.

Anexo: Advertencias de Seguridad durante los Cursos de Formación:

Los instructores observarán el siguiente procedimiento de seguridad en los cursos de formación:

- Revisará la instalación previo al inicio de las prácticas en busca de deficiencias
- Comprobará que los equipos de protección personal son los adecuados, están en buenas condiciones y se usan correctamente
- Informarán a los alumnos de las normas de seguridad
 - Puntos de reunión
 - Señal de alarma
 - Normas de comportamiento durante el curso
 - No obligar ni animar a los alumnos a realizar prácticas para las cuales no se sientan preparados. Proponer alternativas

Todos los alumnos observaran los procedimientos y normas de seguridad. Se pondrá especial atención a:

- Superficies deslizantes/resbaladizas.
- Se usaran en todo momento los equipos de protección personal.
- Reportar inmediatamente cualquier accidente o incidente.
- Llevar a cabo las prácticas solo cuando el instructor lo apruebe.
- Detener las practicas si algo va mal
- Comprobar las condiciones de la zona de prácticas
- Permanecer junto al instructor
- Acordar señal de emergencia visual (por Ej. dos manos en la cabeza)
- Acordar señal de emergencia Acústica
- No consumir alcohol ni drogas durante los cursos

Este documento ha sido elaborado por el Comité Técnico de la FESPA utilizando para ello diferentes Notas Técnicas de Prevención y Guías Técnicas del INSHT y la experiencia de los deportistas de la FESPA.