

Consejos para realizar actividades de montaña en Mendoza

07/12/2023



La Patrulla de Rescate y Auxilio de Montaña, a cargo del Ministerio de Seguridad, brinda recomendaciones para evitar incidentes en caminatas o ascensos a cerros en Mendoza.

Evitar ir solo a la montaña y, antes de realizar la excursión, avisar a la familia el horario de regreso, itinerario, alternativas y personas que acompañarán es uno de los consejos de la Patrulla de Rescate y Auxilio de Montaña del Ministerio de Seguridad para evitar incidentes al realizar caminatas o ascensos a cerros en Mendoza.

También es fundamental, antes de emprender la travesía, informarse de las **condiciones meteorológicas y de la posible evolución del tiempo en los días próximos.**

El montañismo exige planificar la actividad y duración, un entrenamiento previo e informarse sobre la zona y el recorrido.

Por otro lado, hay que ir con la ropa apropiada y armar una mochila con 2 litros de agua, un teléfono celular o algún aparato para dar aviso en caso de una emergencia, una linterna, fósforos, encendedor, cortaplumas, abrigo y alimentos.

Desde Seguridad sugieren informar el itinerario al correo electrónico patrullarescate-seg@mendoza.gov.ar y, en caso de no conocer el lugar o no tener los recursos, realizar la actividad con guías profesionales de montaña. Además, es posible comunicarse a los siguientes números de teléfono: 4440813, 2612408021 y 2612408022.

Otros consejos

En caso de accidentes en la montaña:

- Mantener la calma y auxiliar si hay personas heridas.
- Avisar inmediatamente al refugio más cercano.
- Evitar dejar solo al herido. Si no hay otra opción, colóquele abrigo y déjele comida y líquido suficientes.
- Señalar el lugar para que los rescatistas lo localicen fácilmente.
- Informar a las autoridades sobre descripción del accidente, número de heridos, lesiones y gravedad, cuándo y dónde ocurrió.
- Informar las condiciones meteorológicas.

En caso de extraviados:

- Evitar caminar sin un rumbo concreto y desesperado por el terreno accidentado o peligroso.
- Si no tiene una brújula y/o sistema de posicionamiento global, hay referencias que indican dónde se sitúa el norte, por ejemplo: la salida del sol siempre es por el este, y la puesta, por el oeste; las rocas tienen más vegetación en su lado sur (porque poseen más humedad); la nieve y la humedad desaparecen antes en las laderas norte, porque les da más el sol, entre otras.
- Ubicarse en un punto despejado y elevado para que el equipo de rescate pueda localizarlo con mayor facilidad.
- Llevar los teléfonos de contacto de las dependencias policiales o refugios más cercanos.