

FICHA DE SEGURIDAD DE LA ACTIVIDAD

Denominación RUTA DE LA SIERRA DE LA MOSCA

Fecha de Realización 2-5-2021

Características Según sistema MIDE

SERRANA DE LA VERA			
Horario MIDE	6h 10´	Severidad del medio	1
Desnivel de subida	241m	Orientación en el itinerario	1
Desnivel de bajada	241 m	Dificultad en el desplazamiento	2
Distancia horizontal	22,5 Km	Cantidad de esfuerzo necesario	4
Tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de tres estaciones, tiempos estimado según criterio MIDE, sin paradas Calculado sobre datos 2021			

Clasificación 1-5 3

Previsión tiempo criterio club 6h

Previsión de lluvias 0% AEMET

Previsión de temperatura 9-21°C AEMET

Alertas meteorológicas Ninguna AEMET

Nivel de peligro de incendios bajo AEMET

Responsables y función. Dirección de ruta José María Reyes

Seguridad en ruta Fco Javier Sanz

Responsable auxiliar Pilar Gragera Vázquez

FICHA DE RIESGOS MEDIDAS DE SEGURIDAD

Riesgo	probabilidad	Severidad	Grado	Medidas
Extravío	Raro	menor	Bajo	Agrupaciones periódicas, comunicaciones aseguradas, incluir supervisión intermedia
Golpes de calor	Raro	menor	Bajo	Botiquín
Hipotermia	Raro	medias	Moderado	Obligatorio impermeable o cortaviento y prenda térmica
Caídas al mismo nivel	Raro	menor	Bajo	Obligatorio calzado adecuado, Moderar el ritmo del grupo en las zonas de riesgo
Caídas a distinto nivel	Raro	mayor	alto	Obligatorio calzado adecuado, Moderar el ritmo del grupo en las zonas de riesgo distancia de seguridad entre participantes, evitar agrupaciones en zona de riesgo, Queda prohibido acercarse a cortaduras o puntos de posible caída
Golpes	Posible	Menor	Moderado	Advertencia de riesgo en zonas fuera de sendero
Caída de objetos	Raro	insignificante	Bajo	No hay que tomar medidas especiales
Atropellos	Improbable	catastrófico	Extremo	Advertir de la existencia del riesgo distancia de 4 metros entre participantes , no agrupar en carretera, en la carretera siempre por la izquierda en fila india y cabeza y escoba bien visible
Picaduras	Improbable	mayor	alto	Se prevé actividad de insectos precaución especial en caso de alérgicos a las picaduras. En caso de encontrarse perros o ganado suelto proceder en grupo intentando rodear el peligro.
Mordeduras				
Envenenamiento				
Electrocución	Raro	catastrófico	Alto	En la zona de antenas permanecer al menos a 10 m del cerramiento de las mismas
Quemaduras	Raro	insignificante	Bajo	Obligatorio protección solar
infarto	Raro	catastrófico	alto	Recordar necesidad de estar en buen estado de salud y forma física y abstenerse de participar personas con enfermedades cardiorrespiratorias
Heridas	Raro	menor	Bajo	Advertencia de riesgo en zonas quemadas o donde sea necesario atravesar vegetación frondosa o fuera de sendero
Bajadas de azúcar	Improbable	menor	Bajo	Incluir pastillas de glucosa en el botiquín

MATERIAL A INCLUIR SEGÚN CONDICIONES ESTIMADAS DE RUTA

Comunicaciones

Teléfonos de los responsables

Botiquín

Desinfectante

Protección solar

Pastillas de glucosa

Mantas térmicas

Compresas frías

Otro Material

Cuerda

Mapa

Brújula