



AEGM

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE GUÍAS DE MONTAÑA. TÉCNICOS DEPORTIVOS EN MONTAÑA / ASSOCIACIÓ ESPANYOLA DE GUIES DE MUNTANYA / ESPANIAR MENDIKO GIDEN ELKARTEA

[SUMARIO]

ALTA MONTAÑA. No me llames skimo, llámame esquí de montaña: evolución del esquí de montaña desde la perspectiva del guía de alta montaña

MEDIA MONTAÑA. Los guías de montaña y la conservación del medio ambiente

ESCALADA. La experiencia del solitario

BARRANCOS.
Planificación, apps, webs
y bolas de cristal

NOTICIAS

ÍNDICE

PRESENTACIÓN DEL BOLETÍN DE LA AEGM

Raúl Lora del Cerro _____ 3

NOTA DE ARRANQUE

Olga Blázquez Sánchez _____ 4

ARTÍCULOS DE LAS COMISIONES TÉCNICAS

ALTA MONTAÑA. No me llames skimo, llámame esquí de montaña: evolución del esquí de montaña desde la perspectiva del guía de alta montaña

Javier Martín de Villa _____ 5

MEDIA MONTAÑA. Los guías de montaña y la conservación del medio ambiente

Esther Murciano _____ 12

ESCALADA. La experiencia del solitario

José Juan Domínguez López _____ 19

BARRANCOS. Planificación, apps, webs y bolas de cristal

Miguel María Delgado Boldú _____ 26

ARTÍCULOS DE INTERÉS

Idiomas para guiar... ¿Para qué?

Rosana Laguía Schonhoff _____ 33

Explorar en tiempos de pandemia

Hilo Moreno _____ 37

Lo que el bosque nos cuenta

Juan José Arguisjuela Castroviejo _____ 41

Rocódromo: la importancia del porteo en bloque

Joaquín Colorado Sierra _____ 45

Abrir huella en la administración pública y convivir con el mal denominado intrusismo

Fernando Sierra Fernández _____ 48

NOTICIAS

Acerca de la Comisión Técnica de Alta Montaña

David Lombas Fouletier _____ 51

Acerca de la Comisión Técnica de Barrancos

David Lombas Fouletier _____ 51

Tarifas profesionales de referencia de la AEGM (2020)

Miguel García Fernández-Miranda _____ 52

Calendario de reciclajes 2021

Joaquín Álvarez Sánchez _____ 53

ASAMBLEAS GENERALES DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE GUÍAS DE MONTAÑA _____ 55

Asociación Española de Guías de Montaña

C/ Juan XXIII, nº 5, Bajo
22700 Jaca (Huesca)
Tel. +34.974 355 578
Fax +34.974 357 049
aegm@aegm.org
www.aegm.org

Boletín AEGM

Número 37
Año 2021
Publicación anual

JUNTA DIRECTIVA

Raúl Lora del Cerro, Presidente.
Ana Mª González Cartagena.
Vicepresidenta.
Juan Bazán, Vicepresidente Segundo.
Guillermo Burba, Secretario.
David Lombas Fouletier, Vocal.
Marco García, Vocal.
Joaquín Álvarez Sánchez, Tesorero.

Colaboran en este número:

Raúl Lora del Cerro, Javier Martín de Villa, Esther Murciano, José Juan Domínguez López, Miguel María Delgado Boldú, Rosana Laguía Schonhoff, Hilo Moreno, Juan José Arguisjuela Castroviejo, Joaquín Colorado Sierra, Fernando Sierra Fernández, David Lombas Fouletier, Miguel García Fernández-Miranda, Joaquín Álvarez Sánchez.

Imagen de portada: Ricardo Montoro.

Coordinación técnica y corrección: Olga Blázquez Sánchez.

Diseño y maquetación: Quino Romero.

PRESENTACIÓN

RAÚL LORA DEL CERRO. Guía de Alta Montaña UIAGM y guía de Barrancos, Presidente de la AEGM.

Nuestros primeros dieciséis meses como Junta Directiva de la AEGM han sido un periodo claramente marcado por la pandemia de Covid-19.

Durante esta primera etapa, hemos cumplido con el principal cometido que se nos encomendó, es decir, gestionar del mejor modo posible los recursos humanos y económicos de la Asociación, velando siempre por los intereses del colectivo al que representamos. Para ello, principalmente hemos trabajado en dos líneas: conseguir beneficios directos para todos los socios —como son los descuentos en las cuotas de socio o en el seguro de responsabilidad civil, el asesoramiento jurídico gratuito, las ofertas de patrocinadores, etc.—, e insistir en el desarrollo de las gestiones necesarias con diferentes Administraciones estatales, autonómicas y Parques Nacionales para defender los intereses comunes de los guías de montaña. Esta quizás sea la parte más ingrata de nuestro trabajo, debido a la lentitud de ciertas gestiones y —sobre todo— a la dificultad para negociar con entidades cuyo principal criterio no siempre está relacionado ni con la seguridad ni con la calidad de los servicios turístico-deportivos, sino más bien con la necesidad de abrir posibilidades laborales para el mayor número de personas.

Somos conscientes de la dificultad de la etapa que nos ha tocado gestionar y tenemos que estar preparados para afrontar unos años en los que, muy probablemente, el enorme incremento del paro haga que las Administraciones “flexibilicen” las regulaciones laborales para permitir el acceso al trabajo al mayor número posible de personas desempleadas. Como consecuencia, tendremos que competir con profesionales de todo tipo y hacer valer la calidad de nuestros servicios para mantenernos a flote en el ámbito

laboral. No se trata de una situación que difiera de lo que ocurre en otros sectores laborales o en otros países. Nuestras herramientas más eficaces para afrontar esta tarea con garantías de éxito son la profesionalidad y la calidad tanto de la formación reglada de los Técnicos Deportivos como de la formación continua que organiza la AEGM. Es por ello que las Comisiones Técnicas se esfuerzan profundamente por estar presentes en los espacios formativos y por colaborar con los centros de enseñanza para garantizar la máxima calidad pedagógica. Además, de cara a facilitar la consecución de dicho objetivo, la AEGM ha ampliado y diversificado el número de reciclajes, reduciendo el coste de los mismos a 50€. Así, se pretende potenciar ese proceso de aprendizaje continuo que consideramos tan importante.

En definitiva, la actual Junta Directiva de la AEGM seguirá velando por los intereses de nuestro colectivo ante las Administraciones estatales y autonómicas pero, al mismo tiempo, somos conscientes de la necesidad —ahora más que nunca— de ser competitivos y, por ello, proporcionamos servicios a nuestros socios que les ayuden a ofrecer la máxima calidad posible a sus clientes cuando ejercen su trabajo.



Detalle de una de las obras de Ricardo Montoro.

NOTA DE ARRANQUE

OLGA BLÁZQUEZ SÁNCHEZ. Coordinadora del Boletín.

Amigas, amigos: os damos la bienvenida a este número 37 del Boletín de la AEGM, correspondiente al año 2021. Al igual que en la anterior ocasión, y dadas las circunstancias, nos gustaría comenzar expresando nuestro deseo de que os encontréis bien. Lo que tienes ante la mirada es un ejercicio de imaginación. Buena parte de los artículos que conforman esta publicación que estás leyendo reflexionan sobre la capacidad de las personas que os dedicáis profesionalmente al guiaje y a las actividades de montaña para afrontar la situación en la que nos encontramos, marcada por la insistente pandemia de Covid-19. La coyuntura ha generado unas condiciones tan diferentes y complejas, que ha sido necesario afrontar dificultades de todas las magnitudes y tipos, materializadas en ámbitos que van desde lo laboral a lo medioambiental —todo ello queda expresado a través de los textos y sus inquietudes—. De nuevo, la polifonía ante este escenario se hace evidente. Las páginas que siguen quedan pobladas por voces múltiples que dan respuesta a diferentes cuestiones, todas relevantes para el ejercicio de la profesión. Esperamos que el material recogido con cariño en este número sea de interés para quienes os asomáis ahora a las presentes líneas. Y esperamos también que contribuya al fértil diálogo entre quienes sois colegas de gremio.



Detalle de una de las obras de Ricardo Montoro.

NO ME LLAMES SKIMO, LLÁMAME ESQUÍ DE MONTAÑA: EVOLUCIÓN DEL ESQUÍ DE MONTAÑA DESDE LA PERSPECTIVA DEL GUÍA DE ALTA MONTAÑA

JAVIER MARTÍN DE VILLA. Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña.

No hay duda de que el esquí de montaña está de moda. Vivimos tiempos en los que —tras el confinamiento que arrancó en marzo de 2020— las actividades en la naturaleza están mucho mejor valoradas por la sociedad, lo que da como resultado un aumento en el número de practicantes.

Hace apenas unos años, la mayoría de los practicantes de esquí de montaña eran montañeros, personas que ya realizaban actividades de montaña en verano y que no querían dejar vacíos sus inviernos. Hoy en día, el esquí de montaña se nutre de muchas fuentes. Una muy importante es la de los esquiadores de estación que están aburridos y quieren probar una actividad nueva. También cabe destacar la vertiente del *freeride* como uno de los ámbitos en los que el esquí de montaña adquiere un gran protagonismo, pues se convierte en un medio de acceso a los mejores lugares y permite esquiar líneas que desde las estaciones de esquí no son accesibles. Y no hay que olvidar que también existen muchas personas que se aproximan a esta modalidad con poco o ningún conocimiento acerca de las actividades en nieve. Sobre todo, proceden de deportes de resistencia como las carreras por montaña, el ciclismo o el triatlón, y ven en el esquí de montaña una oportunidad para disfrutar de buenos ratos en el monte a la vez que entrenan —por lo general, este último grupo no se aleja mucho de los entornos de las estaciones de esquí—.

Para el colectivo de guías de alta montaña, esta modalidad de esquí se ha convertido en una actividad esencial sobre la que basar la labor profesional en la temporada invernal: es una de las principales fuentes de ingresos durante el mencionado período del año. No obstante, tengo la sensación de que nos hemos aproximado a esta actividad siempre desde el punto de vista de la conducción y de la seguridad, que —obviamente— son fundamentales, pero este enfoque suele afirmarse en detrimento de afianzar el soporte sobre el que nuestros clientes mejoran y optimizan su técnica.

No obstante, tengo la sensación de que nos hemos aproximado a esta actividad siempre desde el punto de vista de la conducción y de la seguridad, que —obviamente— son fundamentales, pero este enfoque suele afirmarse en detrimento de afianzar el soporte sobre el que nuestros clientes mejoran y optimizan su técnica

En algunas estaciones de esquí, ya hay escuelas de esquí alpino que están ofertando cursos de perfeccionamiento de esquí de montaña en los dominios esquiabiles, y —más allá del intrusismo profesional que esto pueda suponer— lo que más me preocupa es que se pierda la figura del guía de alta montaña como el verdadero experto en esta disciplina. Creo que el hecho de que, durante una actividad guiada, una persona pueda ser capaz de dar algunas claves y de hacer correcciones técnicas que ayuden a los clientes es un valor añadido a nuestro trabajo —además de constituir un gesto que redunde en la seguridad y el disfrute de la actividad—. Así pues, me gustaría compartir con vosotros y vosotras mi trabajo final del grado superior con la esperanza de que os sirva como herramienta a la hora de realizar vuestros cursos o guiados.

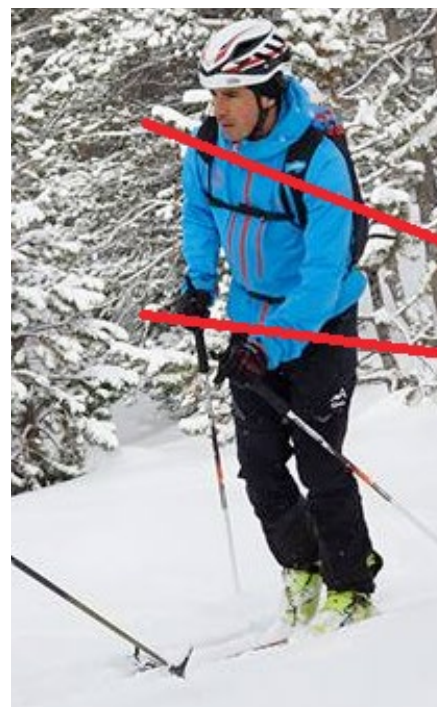
1. POSICIÓN DE BASE

La posición de base en el esquí de montaña se asemeja mucho a la de caminar. Se utiliza el patrón cruzado entre piernas y brazos, y siempre hay una ligera flexión de caderas, de rodillas y de tobillos—lo que se conoce como *la triple flexión*— para conseguir mayor equilibrio y capacidad de respuesta ante situaciones inesperadas. El apoyo de la carga debe realizarse siempre con la totalidad de la bota, repartiendo el peso entre puntera y talonera, —y siendo la primera la que recibe mayor carga—. La mayor diferencia con respecto a la acción de caminar radica en el recobro de la pierna, que no se realiza mediante la flexión de rodilla y la elevación del talón, sino mediante un aligeramiento del peso en el esquí para adelantar el pie deslizándolo por la superficie. Lo habitual en principiantes es que efectúen un apoyo demasiado retrasado —normalmente producido por la falta de proyección del centro de gravedad, de inclinación del tronco y de proyección de las caderas hacia adelante—. Imaginemos a alguien que se ha puesto a caminar con los talones: sin duda, es mucho menos ergonómico que hacerlo de manera normal. El movimiento se inicia por la proyección del centro de gravedad hacia adelante, por la inclinación del tronco, no por el lanzamiento de la pierna para después traccionar.

El movimiento se inicia por la proyección del centro de gravedad hacia adelante, por la inclinación del tronco, no por el lanzamiento de la pierna para después traccionar

Para trabajar la posición de base, es interesante hacer propuestas de movimientos naturales que se acerquen a la gestualidad a la que los aprendices están acostumbrados en lugar de comenzar por la que es específica del esquí. Para ello, se pueden emplear juegos como *el pañuelo* o *el rugby*. De esta forma, los alumnos tendrán que andar, correr, cambiar de dirección, saltar, y lo harán de una manera natural, experimentando las posibilidades que les ofrece el material y entendiendo las limitaciones. Pero lo más interesante es que centrarán su atención en el móvil —ya sea la pelota o el pañuelo— y no en sí mismos.

Otro de los errores más habituales que se cometen al esquiar es mirar hacia el suelo en vez de mantener la mirada hacia adelante, lo que impide en gran medida anticiparse al terreno que tenemos en frente. Finalmente, hay que añadir que, cuando nos desplazamos con los esquís, debe haber una independencia total de los movimientos de las piernas en relación a los de los miembros superiores, así como un alineamiento entre ambos lados del cuerpo con respecto al plano frontal, quedando ambos hombros y ambas caderas a la misma altura.



En la imagen, se observa como el hombro izquierdo está caído junto al apoyo de bastón debido a la oscilación de la cadera. / Fuente: Javier Martín de Villa.

En cuanto al término *deslizamiento*, hay que decir que genera gran confusión en el seno de este deporte, ya que normalmente se considera deslizamiento el hecho de ampliar la zancada —aunque esto suponga un perjuicio para la técnica—, o incluso se considera deslizamiento el hecho de no levantar los esquís de la nieve. En este caso, consideraremos que el deslizamiento no es el acto de deslizar la piel de un solo esquí en la nieve sin levantarla, sino el efecto producido por el impulso, que conlleva un avance simultáneo de los dos esquís.

Cuando se desliza ampliando la zancada, lo único que se consigue es retrasar y bajar el centro de gravedad, por lo que el cambio de peso será más difícil y supondrá un mayor coste energético. Además, se producirá una situación de desequilibrio causada por la disposición de unos apoyos muy separados el uno del otro. Un claro indicador de que nos encontramos ante esta situación es la apertura lateral de los bastones para mantener el equilibrio; quitándole los bastones al esquiador, le obligaremos a buscar una postura más centrada.

2. PROGRESIÓN CON ESQUÍ

Para progresar en terreno llano, o de muy poca inclinación, que no requiere del uso del alza para poder avanzar, el apoyo del esquí será plano, y la cadera se mantendrá por encima del punto de apoyo. Cuanto más queramos avanzar en cada paso, mayor tendrá que ser la inclinación del tronco hacia adelante —siempre conservando el alineamiento entre hombros, caderas, rodillas y tobillos— a fin de facilitar el deslizamiento. El bastón apoyará en patrón cruzado, en un plano paralelo al cuerpo.

Los fallos más habituales al efectuar la progresión en terreno llano son:

- **Divergencia de espátulas:** la dificultad que entraña el control de los esquís a la hora de deslizar/proyectar el esquí hacia adelante hace que a los practicantes les cueste mantener un total alineamiento. Esto repercute negativamente en la eficiencia del gesto.
- **Oscilación de la cadera:** como ya hemos señalado anteriormente, el incremento de la zancada provoca que la cadera baje y suba constantemente, con el consiguiente aumento del gasto energético. Este hecho también lleva asociado un apoyo más deficiente —al ubicarse el punto de aplicación de la fuerza lejos del centro de gravedad—.
- **Apoyo de bastón contra-lateral:** como también se ha descrito con anterioridad, el esquí de montaña es un deporte con patrón brazos-piernas contra-lateral. A algunos les cuesta mucho seguir este patrón cuando la velocidad del ciclo aumenta, como en el caso del esquí en llano.
- **Apoyo de bastón por delante de la fijación:** la falta de equilibrio en los esquiadores produce dos fenómenos a la hora de utilizar los bastones: uno consiste en separarlos mucho del cuerpo lateralmente, y el otro, en realizar el apoyo por delante de la fijación. Ambos fenómenos hacen que los bastones pasen de ser impulsores a ser equilibradores, y ello implica un perjuicio sobre la progresión.
- **Tronco recto:** a menudo, a la gente le cuesta acompañar el deslizamiento con una inclinación hacia adelante del tronco. Esta inclinación lo que supone es un reparto más equilibrado del apoyo sobre el esquí. Al llevar el tronco demasiado recto, lo que se genera es un apoyo excesivamente retrasado en la talonera, y se dificulta la transferencia de peso de una pierna a la otra.

En este caso, consideraremos que el deslizamiento no es el acto de deslizar la piel de un solo esquí en la nieve sin levantarla, sino el efecto producido por el impulso, que conlleva un avance simultáneo de los dos esquís



Se puede observar la divergencia de espátulas del esquiador. / Fuente: Javier Martín de Villa.



En la imagen, se observa como el tronco no está proyectado hacia adelante; además, el esquiador realiza el apoyo de bastón por delante de la fijación. / Fuente: Javier Martín de Villa.

Para trabajar estas cuestiones, lo mejor va a ser siempre buscar un terreno favorable al deslizamiento: zonas de pista pisada, llanas o incluso con ligera tendencia hacia abajo. Los ejercicios de progresar sin bastones en todas sus variantes pueden ayudar a crear una posición equilibrada y centrada.

Para la progresión directa, sin virajes y sobre terreno liso, siguiendo la línea de máxima pendiente, el apoyo del esquí será lo más plano posible, evitando cantear mediante la angulación de los tobillos y rodillas. Debe realizarse de una manera natural, con una postura similar a la de caminar cuesta arriba —pero sin que en la recuperación de la pierna esta se flexione y se levante; en su lugar, se trata de aligerar el peso del esquí sobre la nieve para deslizarlo hacia adelante—. La inclinación del cuerpo hacia adelante es proporcional a la inclinación por la que progresamos. El apoyo en el esquí debe repartirse entre la puntera y la talonera.



En la imagen, se puede observar la proyección del centro de gravedad, así como el paralelismo entre el eje hombro-cadera-tobillo y los bastones. / Fuente: Dynafit.



En la imagen, puede verse el paralelismo del tronco con respecto a los bastones. / Fuente: Javier Martín de Villa.

Los bastones deben clavarse en la parte media de la zona que comprenden la puntera y la talonera del esquí contrario al brazo, nunca por delante de la fijación. Según aumente la pendiente, dicho apoyo irá retrasándose en dirección a la talonera. El cuerpo debe formar una línea recta al unir las articulaciones de tobillo, cadera y hombros. Esta línea debe ser paralela a los bastones cuando estos impulsan.

Para adaptarnos a la inclinación de la pendiente, tenemos la opción de modificar el alza de la fijación; pero, al modificar el alza, habrá una repercusión sobre nuestra técnica. Lo normal será utilizar el primer escalón del alza. El segundo alza debe utilizarse en ocasiones excepcionales y en las que no quede más remedio, ya que favorece la generación de situaciones de desequilibrio que pueden ser peligrosas.

Los fallos habituales al progresar por líneas de máxima pendiente son:

- **Apoyo de puntillas:** es muy habitual en principiantes que tiendan a hacer apoyos demasiado adelantados —hasta el punto de llegar a ponerse de puntillas sobre la fijación—. Suele ir acompañado de una excesiva inclinación del cuerpo hacia adelante.
- **Error en el apoyo por falta de angulación de tobillo:** la pendiente no es siempre homogénea en su verticalidad, por lo que hay veces en las que debemos adaptar el esquí a esa pendiente, y lo haremos mediante la angulación de las rodillas y los tobillos.
- **Elección de alza inadecuada:** otro fallo recurrente es no saber adaptar el alza a la pendiente, ya sea por exceso de alza o por mantener la fijación en posición de llano. En caso de llevar demasiado alza, lo que se produce es que el centro de gravedad se adelanta, acercándose demasiado a la puntera de la fijación, y se pierde apoyo sobre la parte central del esquí. Además, se incrementa la posibilidad de desequilibrio lateral al estar el cuerpo tan levantado. En este caso, va a ser la propia fijación la que va a limitar la amplitud de nuestra zancada, obligándonos a dar pasos demasiado cortos. Por el contrario, el no llevar alza ocasiona que el alumno alargue demasiado la zancada y se genera una oscilación del centro de gravedad —además de que se traslada demasiada carga a la talonera del esquí; esto causa una pérdida de tracción—.

Un ejercicio muy bueno para aprender a adaptarse a la pendiente es buscar una rampa con incremento gradual de la inclinación. Acabaremos en rampas muy pronunciadas que podremos subir de diferentes maneras. Primero, con bastones, luego, sin ellos, más tarde, con el alza en posición de llano, con el alza mediana y con el alza más alta. De esta manera, el alumno puede descubrir los contrastes y las diferencias y adaptar la técnica a sus necesidades. Otro ejercicio interesante es utilizar pieles de foca que no ajusten al canto, sino que dejen entre dos y cinco milímetros de suela visible a cada lado. Si el alumno apoya en el canto, no tendrá agarre y resbalará.

Pasemos ahora a detallar el modo de realizar la progresión por diagonales. Entenderemos por *diagonales* las trayectorias que realiza el esquiador cuando no progresa en línea de máxima pendiente, o cuando la huella todavía no es lo suficientemente ancha como para que la técnica necesaria sea la misma que la aplicada para la progresión en llano. Podremos encontrarnos con dos situaciones: la primera se da cuando la nieve es lo suficientemente blanda o porosa como para que la piel tenga agarre. En este caso, lo que el esquiador debe buscar es el máximo contacto posible entre la piel y la nieve. Para ello, deberá recurrir a la angulación de las rodillas, dirigiéndolas hacia el valle junto a los hombros, y metiendo la cadera también hacia el valle. La otra situación se da cuando la nieve está tan dura, que la piel no agarra. En ese caso, para progresar, tendremos que poner el esquí en posición perpendicular

a la pendiente, y apoyaremos en el canto, no en la piel, para progresar en escalera, pero añadiendo avance hacia adelante. Es interesante afrontar ambas situaciones con la posición neutra de alza para tener un buen apoyo en el esquí. Existe una tercera solución, que es la combinación de las dos anteriores: se trata de mantener el esquí del monte con el canto clavado para tener un apoyo seguro y apoyar toda la superficie del esquí del valle para darle agarre a la piel y poder tener tracción para progresar.

El fallo más habitual al realizar diagonales suele consistir en meter canto e inclinarse hacia el monte en vez de angular; de esta manera, se pierde tracción sobre las pieles. Otro error frecuente se basa en no sacar las manos de los bastones y seguir con el patrón de clavado normal, lo que hace que el bastón del monte se eleve demasiado y nos saque hacia el valle.

Algunos ejercicios eficaces pueden ser:

- **Avanzar en diagonal sin pieles en posición de subida:** el apoyo ha de ser totalmente perpendicular o, si no, resbalaremos.
- **Utilizar pieles más estrechas que el patín del esquí,** lo que también nos obligará a buscar mayor angulación del esquí para facilitar el contacto de la piel con la nieve. Otra opción es hacerlo sin bastones, para obligar al esquiador a hallar el agarre de las pieles.
- **El Michael Jackson:** que consiste en deshacer una diagonal y nos obliga a buscar unos apoyos seguros y a saber manejar los esquís para equilibrarlos en el aire con la talonera suelta.

3. CAMBIOS DE DIRECCIÓN

Cuando progresamos con los esquís, la mayor parte del tiempo no es posible ni deseable ir en línea de máxima pendiente; por ello, tendremos que ir cambiando de dirección para ascender mediante diagonales. Estos cambios de dirección podemos hacerlos de dos maneras:

- **Progresivos:** se utilizan en las zonas más favorables y con menos pendiente y consisten en un cambio de dirección gradual, ya sea por convergencia o por divergencia de espátulas, en el que el esquí gira a la vez que avanza.
- **Conversiones:** cuando no podemos utilizar los cambios de dirección progresivos, entonces utilizamos cambios de dirección divergentes exagerados, denominados *conversiones*. Lo fundamental es comprender que esta técnica se basa en traspasar el apoyo de una pierna a la otra, la cual ya está dirigida hacia la nueva dirección deseada. Como en cualquier cambio de peso, es deseable tener una posición segura y equilibrada en el momento de la basculación. Existen varios tipos de conversiones:
 - **Clásica o vuelta María:** se acaba la diagonal con apoyo sobre el esquí del valle, en posición perpendicular a la pendiente. Es importante que, durante los últimos pasos, adaptemos la amplitud para llegar al viraje con la bota del esquí del valle por delante de la línea que marca la dirección de la nueva huella. Se rota el tronco y se apoya el bastón del monte por detrás de la fijación del esquí del monte. El esquí del monte pivota casi 180° para orientarse hacia la dirección deseada. Hay que intentar que las botas estén cerca la una de la otra, tanto en el plano vertical como en el longitudinal. El bastón que antes era el del valle acompaña al tronco, que se sitúa mirando en la nueva dirección del desplazamiento, y se apoya un metro por encima, teniendo en cuenta que no estorbe al esquí que falta por pivotar en su camino a la nueva dirección. Este es el momento más delicado debido a la precariedad de la posición y a la posibilidad de una caída, por lo que es importante buscar una posición estable, sin separar mucho los pies y ejecutando un buen apoyo sobre los bastones. El esquí que era el del valle pivota sobre la pierna contraria; a la vez que pivotamos, la bota debe “enseñar la suela” para que la espátula del esquí se levante y no se enganche. Dependiendo del reparto del peso de las fijaciones en los esquís, es posible que nos cueste levantar la espátula. Si esto ocurriese, basta con dar un golpe de talón rápido

Lo fundamental es comprender que esta técnica se basa en traspasar el apoyo de una pierna a la otra, la cual ya está dirigida hacia la nueva dirección deseada

sobre la fijación del esquí que pivota al comenzar a recuperarlo para que la espátula se eleve.

- **Rápida:** se trata de la misma técnica que la descrita anteriormente, pero el giro del primer bastón es simultáneo al pivotaje del esquí del monte. No es eficaz en condiciones de huella profunda.
- **De competición o media vuelta María:** esta conversión comienza al contrario que las anteriores, con una convergencia del esquí del valle que se sitúa en la línea de máxima pendiente y que recibe el apoyo para poder pivotar el esquí del monte, poniendo este último en la diagonal que nos marca la nueva dirección. Una vez transferida la carga al esquí que se encuentra en la dirección deseada, se sitúa el esquí que estaba en la línea de máxima pendiente en la nueva dirección deseada. Esta conversión es adecuada para terrenos favorables, con nieve poco profunda y porosa.
- **De seguridad:** cuando la inclinación es fuerte, el hecho de levantar el esquí por la pendiente para cambiarlo de posición puede suponer un riesgo en sí mismo, ya que la acción nos saca a nosotros hacia la propia pendiente. En estas ocasiones, en vez de comenzar pivotando el esquí del monte, se comienza por el del valle —pero pivota hacia el valle y hacia abajo, de manera que siempre estemos en una posición equilibrada—. El esquí que era el del monte pivota hacia el valle y se coloca junto al otro.
- **Por debajo o de nieve polvo:** en situaciones caracterizadas por una alta acumulación de nieve reciente, es problemático hacer las conversiones —dada la incomodidad de arrastrar nieve al pivotar el esquí—. Una vez situados al final de la diagonal, en vez de pivotar levantando la espátula del esquí del monte, lo que haremos será meter la cola del esquí por debajo del otro para luego posicionarlo en la nueva dirección de progresión.

En todas estas transiciones, hay una clave para llevar a cabo una correcta realización: se trata del equilibrio. En todo momento, hay que mantener una posición equilibrada, con el peso en la parte central del esquí de apoyo. El secreto se basa en construir buenos apoyos sobre los que pivotar y hacer la transferencia de peso de un esquí a otro.

Los fallos más habituales al hacer conversiones son:

- **Separar demasiado las piernas al pivotar la del monte**, dificultándose mucho el traspaso del apoyo de una a la otra.
- **Inclinar demasiado el tronco hacia adelante**, lo que lleva a levantar demasiado el esquí y a generar desequilibrio.
- **Quedarse mirando hacia la pendiente** por no terminar el viraje.

**El secreto se basa
en construir buenos
apoyos sobre los que
pivotar y hacer la
transferencia de peso
de un esquí a otro**

4. USO DE LOS BASTONES

El bastón debe apoyar justo detrás de la puntera de la fijación, dejando una distancia lateral con respecto al esquí que ronde los quince centímetros.

Durante la progresión, en el esquí de montaña, lo normal será utilizar una frecuencia bastón-esquí 1:1. Aunque en determinados contextos —por ejemplo, en medias laderas prolongadas y con mucha inclinación— o cuando se está fatigado, se utiliza una frecuencia 2:1.

5. REFERENCIAS

Argüelles, J. et al. 2010. "Estudio cinemático del paso de deslizamiento en los campeonatos del mundo de esquí de montaña 2010". Centro de alto rendimiento Sierra Nevada.

Broch, Manel y Xavier Martínez. 1987. *Montaña con esquís*. Zaragoza: Prames.

Canclini, A. et al. 2007. "3D Analysis of the Technique in elite ski-touring and cross country skiers engaged in WC races and on a treadmill". En *Science and Skiing IV*, 575 – 583. Aachen: Meyer & Meyer Fachverlag und Buchhandel GmbH.

Constant, Sébastien. 2014. *Ski Touring*. Argentière-la-Bessée: Éditions Constant.

Corvisiero, F., A. Basolo. y A. Seletto. 2008. *Ski-alp Basic. La tecnica dello scialpinismo*. Ivrea: Mulatere Editore.

Duoos, Bridget A. y Anne M. Rykken. 2012. *Teaching cross-country skiing*. EEUU: Human Kinetics.

Elmer, R. et al. 2009. *Ski-alp advanced. La tecnica avanzata dello scialpinismo*. Ivrea: Mulatere Editore.

Faban, Stano y Eric Carter. 2014. *Manual for ski mountaineering racing*. Canada: Skintracks.

Grazioli, E. 2013. *Scialpinismo. Teoria dell'allenamento*. Ozeana: Mulatere Editore.

López Sarrión, Manuel. 2010. *Teoría y práctica del esquí de montaña*. Madrid: Ediciones Desnivel.

Oden, Jimmy. 2007. *Freeride. Cómo esquiar con seguridad fuera de las pistas*. Madrid: Ediciones Desnivel.

Sideris, V. et al. 2007. "Race morphological characteristics and correlations between uphill grade and velocity in ski mountaineering". Ponencia en el IV International Congress on Science and Skiing, St. Christoph, Department of Sport Science and Kinesiology University of Salzburg, Austria.

Vargel, Patrice. 2014. *Le Ski de rando. Débuter et se perfectionner*. Grenoble: Éditions Glénat.

Volken, Martin, Scott Schell y Margaret Wheeler. 2007. *Backcountry Skiing: Skills for ski touring and Ski Mountaineering*. Seattle: Mountaineers Books.

LOS GUÍAS DE MONTAÑA Y LA CONSERVACIÓN DEL MEDIO AMBIENTE

ESTHER MURCIANO. Técnico Deportivo en Media Montaña UIMLA y Licenciada en Ciencias Ambientales.

En 2020, asistimos al cambio más trascendental desde que existe la profesión de guía de montaña —en términos sanitarios, sociales y económicos—. La pandemia por Covid-19 ha revolucionado el sistema al que estábamos acostumbrados, obligándonos a cambiar nuestro estilo de vida y a adquirir nuevos hábitos para evitar el contagio del virus. En lo que respecta a nuestro trabajo, la actividad se vio totalmente paralizada durante meses.

Quien no paró durante este tiempo fue la naturaleza. Todo lo contrario. Durante los meses que vivimos confinados, la naturaleza resurgió. El pavimento de las ciudades se cubría de flores, los animales salvajes se aventuraban a caminar por las calles de algunos pueblos, y los cielos —más limpios que nunca— se llenaban de pájaros e insectos, ajenos todos ellos a lo que estaba sucediendo. Seguro que muchos de vosotros, como yo, pensasteis: “¿cómo sería el mundo sin nuestra presencia? ¿Cómo serían las montañas sin rastro de nosotros?”

La naturaleza seguía su curso, pero se hizo palpable que algo no estaba funcionando correctamente. La pandemia ha sido como un puñetazo en la mesa con el que puede que nuestro planeta nos quiera hacer ver que está enfermo. Y así es: el coronavirus no es sino otro síntoma de que algo no marcha bien si nos referimos a nuestra relación con la naturaleza.

Nuestros hábitos de consumo, nuestro ritmo de vida frenético y los efectos que ambos conllevan a nivel planetario son, sin duda, cuestiones que a muchos nos han llevado a replantearnos —incluso— las repercusiones de nuestra profesión.

Parece claro que a los guías de montaña nos une el amor por la naturaleza, de modo que, dada la estrecha relación que los guías tenemos con ella, la primera pregunta que podríamos formularnos es: ¿podemos los guías de montaña contribuir con nuestra actividad a la protección del planeta y hacer de nuestra profesión una actividad sostenible?

1. EL GUÍA DE MONTAÑA, UN MODELO DE REFERENCIA

Nuestra profesión tiene un eminente carácter deportivo. Sin embargo, el Real Decreto 318/2000, que es el que hasta ahora regula las titulaciones de Técnico Deportivo de montaña —aunque estas están en vísperas de ser reguladas por los nuevos Reales Decretos 701/2019 y 702/2019, de 29 de noviembre, que aún no han entrado en vigor—, establece que los titulados poseemos, además, “competencias en la promoción del patrimonio cultural de las zonas de montaña y en la conservación de la naturaleza silvestre”.

Los Técnicos Deportivos tenemos la responsabilidad de enseñar y deberíamos hacer todo lo posible por cumplir la normativa sobre conservación de la naturaleza, para identificar los efectos de nuestras actuaciones sobre el medio ambiente de montaña y para colaborar en la promoción de nuestro patrimonio natural y cultural.

El Técnico Deportivo de montaña, además de ser guía en términos deportivos, también es educador, transmisor de contenidos, estimulador del aprendizaje, difusor de valores de respeto al medio ambiente y, en definitiva, es un modelo, una referencia.

Trabajamos de cara al público, con un gran número de perfiles y de colectivos —como clubes, escuelas de montaña, empresas o centros educativos— desempeñando nuestra actividad en el medio natural, lo cual nos otorga una gran oportunidad para divulgar, sensibilizar y concienciar a muchas personas acerca de la protección del medio ambiente. Al mismo tiempo, nuestra capacidad de liderazgo nos permite ser un ejemplo a seguir. Si nuestros clientes nos toman como referencia a la hora de elegir una mochila, un arnés o unas botas, o al realizar una serie de maniobras de seguridad, ¿por qué no servir, además, como modelo de buenas prácticas ambientales?

En los últimos años, el medio ambiente ha cobrado más importancia que nunca, y, por ello, es fundamental trabajar de manera sostenible en base a unas buenas prácticas ambientales que también sirvan para sensibilizar y para crear conciencia —y que no comprometan el futuro de nuestro medio ambiente, ni, por tanto, el de nuestra propia actividad—.

2. EL GUÍA DE MONTAÑA: CONSEJOS PARA CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE

Entonces, ¿cómo podemos hacer de nuestra profesión una actividad sostenible y que sirva para educar en valores? Aquí van algunas propuestas:

Evitar salirnos de los caminos marcados

Cuando vamos “a trocha”, atajamos o nos separamos del camino para pernoctar, o cuando buscamos privacidad para ir al baño, estamos caminando fuera de sendero. Salirnos de rutas marcadas contribuye a la pérdida de vegetación, produce erosión y puede provocar molestias a la fauna.

Los pastos secos, la roca, la arena y la grava son superficies muy duraderas y que toleran el pisoteo repetido (no así los líquenes que crecen en las rocas). El hielo y la nieve son superficies temporales, por lo que no sufren impactos fuertes. En cambio, los prados húmedos y otra vegetación frágil muestran rápidamente los efectos del pisoteo. Es importante atender al modo en el que se pisa: dependiendo de la frecuencia de uso y del tamaño del grupo, los efectos del pisoteo pueden ser muy graves o, incluso, irreparables.

Por ello, lo más recomendable es no salirse de los senderos para, así, evitar que se creen otros nuevos. También debemos sortear los charcos y las zonas de barro. El objetivo es no alterar estas superficies de agua, vitales para el desarrollo de animales como insectos o anfibios.

Pernoctar en zonas apropiadas

La decisión sobre dónde acampar debe basarse en un análisis sobre la fragilidad de la vegetación y del suelo, prestando atención a la probabilidad que existe de que generemos cualquier perturbación sobre la fauna y a la capacidad potencial del grupo para causar o evitar el impacto.

Debemos evitar acampar cerca del agua y de los senderos, y hemos de seleccionar un sitio que no sea fácilmente visible para los demás. Es mejor acampar en lugares que ya están muy afectados de antemano, y sobre los cuales nuestro uso no causará un deterioro notable. El objetivo es limitar la degradación a aquellos espacios que ya muestran desgaste para que el área damnificada no se vea ampliada.

Al abandonar la zona de pernocta, es preciso asegurarse de que todo queda limpio: hay que tapar las áreas más pisadas con materiales como agujas de pino y repasar las superficies cubiertas de hierba para ayudar a que el emplazamiento se recupere —y, así, su apariencia como campamentos será menos obvia—. A lo largo de todo este proceso, es mejor no desplazar ni las piedras ni la hojarasca.

¿Cómo podemos
hacer de nuestra
profesión
una actividad
sostenible y que
sirva para educar
en valores?



Seguir los caminos marcados evita la erosión y la pérdida de vegetación.
/ Fuente: Esther Murciano.

Gestionar los residuos adecuadamente

La eliminación adecuada de los desechos humanos es importante para evitar la contaminación de las fuentes de agua, y para minimizar la posibilidad de propagación de enfermedades y maximizar la tasa de descomposición.

En la mayoría de los lugares, enterrar nuestras deposiciones de la manera correcta es el método más eficaz para cumplir con estos objetivos. Lo más recomendable es cavar un agujero situado a una distancia de al menos cincuenta metros con respecto a fuentes y corrientes de agua, seleccionando un sitio discreto donde sea poco probable que otras personas caminen o acampen. Elegiremos preferiblemente una zona soleada, —de este modo, la descomposición se acelerará— y donde el agua de escorrentía no entre en contacto con nuestra letrina. Utilizando una pala de jardín pequeña, cavaremos un pequeño hoyo y, después de utilizarlo, lo cubriremos con la tierra original y con materiales naturales para camuflarlo. En cuanto al papel higiénico, se puede enterrar también, al contrario que las toallitas o artículos de higiene femenina, que deben llevarse de vuelta para depositarse en el contenedor apropiado.

Para gestionar otros tipos de residuos, lo ideal es llevar a cabo una planificación previa a la actividad: planificar las comidas, por ejemplo, nos permite no generar basura que ensucie y produzca malos olores. Los aceites y grasas, así como las sobras, también debemos llevarlos de vuelta con nosotros. Cualquier tipo de residuo que dejemos en la naturaleza puede conllevar un perjuicio —incluso unas cáscaras de fruta: aunque se degradan de forma natural, suponen un fuerte impacto visual; ¿a quién le gusta llegar a la cumbre o a un idílico barranco y encontrarse unas mondas de naranja o unas cáscaras de pipas? Son residuos “biodesagradables”—. Lo idóneo es llevar bolsas de plástico para transportar la basura propia y toda aquella que encontremos por el camino.

Reducir el uso de plásticos y envases desechables

Hay que evitar la comida que va envuelta en muchos envases desechables. Una posible solución ante este problema consiste en sacar los productos de su envase comercial y colocarlos en bolsas reutilizables con cierre de tipo *zip*. De esta manera, se conservan mejor los alimentos, se reduce el volumen de residuos y disminuye la cantidad de basura en



Si es preciso acampar, mejor con el mínimo impacto. / Fuente: Esther Murciano.

la montaña. Si vamos a necesitar cubiertos, es preferible que no sean de usar y tirar. De la misma manera, podemos invitar a los clientes a que lleven cantimplora y la rellenen en las fuentes —si es preciso, emplearemos pastillas potabilizadoras u otros medios de purificación del agua—. Prescindir del agua embotellada también supone una gran disminución en el uso de plásticos.

Minimizar el uso del papel

Cada vez más, la promoción de actividades y la firma de contratos se realiza a través de internet. Debemos intentar sustituir en todos los casos posibles los registros, folletos o documentos en papel por su versión en formato digital. Y si necesitamos usar papel, que sea reciclado y sin cloro.

Disminuir el uso de pilas desechables

Empleando baterías o pilas recargables, reducimos la producción de estos residuos tan peligrosos y contaminantes. Además, si utilizamos cargadores solares, estaremos aprovechando fuentes de energía renovables.

Utilizar marcas sostenibles y ecológicas

Están proliferando las marcas que invierten en materiales naturales y reciclables o elaborados con plásticos reciclados —para la producción de artículos que van desde las botellas a las redes de pesca—, y que abogan por reparar el material en lugar de reemplazarlo —si todavía es posible alargar la vida útil del artículo—.

Muchas de estas marcas, además, desarrollan su producción dentro de nuestras fronteras —con lo que se evita la huella ambiental asociada al transporte de las mercancías—, o producen garantizando las condiciones dignas de sus trabajadores bajo el sello Fair Trade.

Hay que tener en cuenta que la industria textil es una de las más contaminantes, tanto por el proceso de fabricación —que implica el uso de químicos, el consumo masivo de agua, unas altas emisiones de CO₂...— como por la cantidad de desechos que entraña una vez que las prendas dejan de servirnos.

Usar jabones y crema solar biodegradables

No solo basta con que los productos que empleemos sean biodegradables, también es necesario que los utilicemos lejos de fuentes de agua. No debemos bañarnos en arroyos o charcas si llevamos protección solar o repelente de insectos, pues contienen productos químicos que alteran las propiedades del agua y dañan la fauna y la flora acuáticas.



Los anfibios, cuya piel es muy permeable, son animales muy sensibles a la contaminación, también la causada por productos como crema solar o insecticida. / Fuente: Esther Murciano.

Minimizar el uso de magnesio

Más allá de la huella visual en las rocas, y de las posibles repercusiones sobre organismos como líquenes o plantas, hay que tener en cuenta que el magnesio es un producto de origen mineral no renovable.

El cien por cien del carbonato de magnesio que se vende para escalada proviene de la minería de magnesita, que se encuentra en depósitos subterráneos y cuyas minas están localizadas mayoritariamente en China, donde hay pocas o nulas regulaciones ambientales.

Previamente a su uso, es preciso procesar la magnesita, eliminando las impurezas mediante ácido clorhídrico y bicarbonato de sodio. Después, se mezcla con agua y se calienta en un horno a altas temperaturas para proceder a su secado. Así que la huella ecológica del magnesio es tan grande como la de cualquier otra actividad minera: acarrea alteraciones del paisaje, consumo de agua, de energía y de materias primas no renovables, y contaminación.

Respetar la fauna

Cuando realizamos actividades de montaña, en cierta manera, invadimos el hogar de los animales salvajes. La fauna es un valor añadido para nuestros guajes, pues enriquece la experiencia de nuestros clientes. No hay nada más bonito que esa plena sensación de contacto con la naturaleza, la cual se hace palpable al escuchar el canto de los pájaros u observando corzos en medio del bosque.

Lo mejor es disfrutar de la fauna a través de una observación silenciosa y desde la distancia —empleando prismáticos, si es preciso— para que los animales no se asusten ni se vean obligados a huir. Los grupos grandes pueden causar perturbaciones, por lo que es mejor realizar nuestra actividad en grupos reducidos, evitando ruidos y movimientos bruscos.

Es importante no tocar, no acercarse y no alimentar a los animales, ya que podemos transmitirles enfermedades y, si entran en estado de estrés, pueden volverse agresivos. En el caso de que nos encontremos con animales heridos, lo mejor es avisar a los agentes forestales.

En los barrancos, procuraremos no molestar a la fauna acuática, y, en las vías de escalada, prestaremos especial atención a la posible existencia de nidos ubicados en repisas y agujeros. El objetivo es no molestar a sus ocupantes y notificar su presencia a las autoridades correspondientes (agentes forestales, gestores del parque...).



Si alimentamos a los animales, pueden volverse más confiados ante repetidas visitas y modificar su conducta, aumentando el riesgo de ser capturados o abatidos por furtivos. / Fuente: Esther Murciano.

Evitar senderos, vías de escalada y barrancos durante períodos sensibles

Son muchas las especies amenazadas con las que convivimos al realizar nuestras actividades de montaña. Para no interferir negativamente en su vida, es preciso respetar escrupulosamente los períodos de cría y nidificación. Ante la presencia de especies gravemente amenazadas, deberemos cumplir con la normativa correspondiente a fin de no generar trastornos graves sobre sus poblaciones. Si sufren molestias, pueden abandonar sus nidos o madrigueras, lo que provoca la pérdida de sus crías. Con todo esto en mente, ya se ha regulado el acceso a determinados sectores y en determinadas épocas en algunos barrancos donde habita el desmán ibérico o en paredes donde nidifican aves rupícolas.

Algunas federaciones de montaña, clubes y asociaciones —como Escalada Sostenible— realizan un riguroso seguimiento de la fauna en ciertos enclaves, proporcionando información actualizada al respecto. Hay muchos lugares donde guiar sin necesidad de comprometer a la fauna, y es importante ser responsables para evitar el cierre total de sectores o zonas.



Algunos sectores de escalada, como el Pico de la Miel, tienen varias de sus vías restringidas durante el período de reproducción del buitre leonado. / Fuente: AEGM.

Minimizar el ruido

El ruido genera molestias para la fauna, pero también para otros visitantes. Mucha gente busca el aire libre para escuchar la naturaleza, y el ruido excesivo obstaculiza la percepción de ese atractivo natural tan propio de la calma y entorpece la sensación de soledad que solo encontramos en las montañas.

En vías de escalada o en barrancos, gritaremos únicamente cuando sea preciso comunicarnos —debido a una urgencia—. Hay códigos o herramientas que permiten enviar mensajes a los compañeros sin necesidad de generar ruido.

Evitar la masificación

Cuando trabajamos con grupos reducidos, minimizamos la erosión, el ruido y, en general, la mayoría de los impactos ambientales. Además, existen tantas rutas, barrancos y zonas de escalada, que merece la pena no congestionar aquellas que ya son muy transitadas. De esta manera, reducimos muchas de las alteraciones ya descritas, además de proporcionarles una experiencia mucho más gratificante a nuestros clientes.



Los barrancos sufren especialmente en caso de masificación. / Fuente: Hilo Moreno.

Respetar las normas del espacio natural

Revisaremos el PRUG, el PORN y toda la normativa del espacio natural al que acudamos para garantizar que cumplimos todas las regulaciones ambientales.

No arrancar plantas, no recoger rocas

Para permitir que los demás tengan una sensación de descubrimiento, hay que garantizar la permanencia en el entorno de rocas, plantas, rastros de animales, restos arqueológicos y otros objetos de interés. Invitaremos a los clientes a que se lleven como recuerdo una foto en lugar de coger elementos de la naturaleza.

Informarse antes de equipar nuevas rutas

Evitaremos acceder a zonas muy frágiles que podrían deteriorarse rápidamente si aumenta la afluencia de público. Si planeamos abrir nuevas vías, equipar nuevos barrancos u ofrecer nuevas rutas, primero debemos informarnos acerca de las restricciones. Lo óptimo es no alterar el medio, lo que implica no eliminar vegetación, musgos, nidos, ni instalar anclajes fijos o realizar anclajes en árboles o arbustos en la medida de lo posible.

Compartir vehículo

Al compartir el medio de transporte, mitigamos las emisiones de gases y partículas a la atmósfera, así como la generación de polvo asociada al rodaje sobre el terreno. Los entornos naturales tienen un aire limpio que merece ser conservado. Reduciendo la erosión, evitamos cubrir de polvo la vegetación, a la vez que aminoramos la compactación del suelo. Por ello, resulta beneficioso animar a los clientes a que compartan coche o planificar actividades que tengan lugar en zonas accesibles a través del transporte público.

Reducir tus viajes

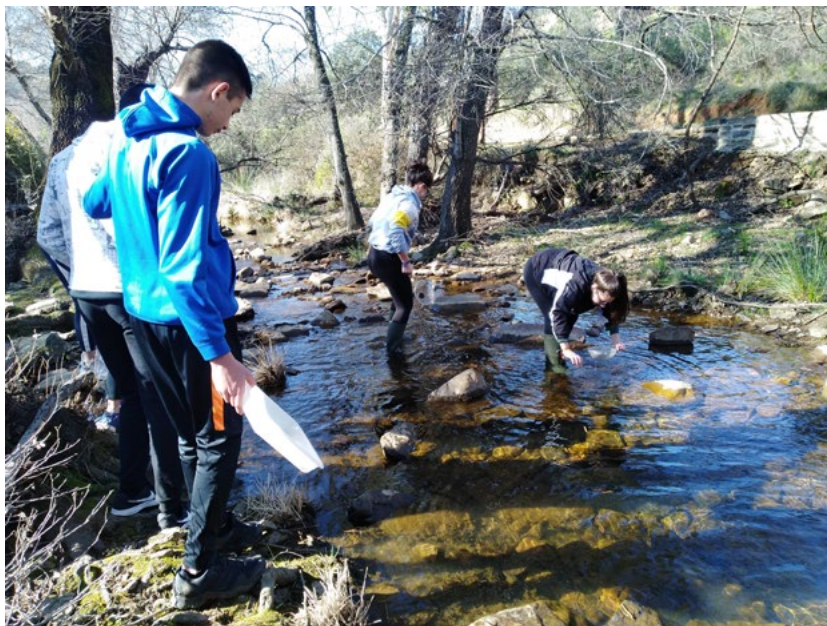
Durante los últimos meses, debido a la pandemia por Covid-19, nos hemos visto obligados a reducir drásticamente nuestros viajes y a adaptar nuestra oferta de actividades a nuestro entorno más próximo —hasta convertirnos prácticamente en guías locales—. A raíz de esto, cabe plantearse si es necesario viajar lejos para seguir desarrollando la actividad profesional, o si se puede seguir poniendo en valor la profesión sin necesidad de realizar grandes desplazamientos. Lo responsable medioambientalmente es intentar viajar lo menos posible.

Consumir productos locales

Al comprar productos artesanos y de proximidad, la huella ecológica disminuye, y, a la vez, se generan ingresos para los empresarios de la zona, se promocionan nuestros productos y se salvaguarda la economía local.

Participar activamente u organizar actividades medioambientales

Colaborando en campañas de limpieza, de seguimiento de la fauna, de repoblación forestal o de recuperación de senderos, e invitando a los clientes a participar en ellas, se fomenta activamente la conservación del medio natural. Además, hay muchas asociaciones y ONGs dispuestas a colaborar con el colectivo de guías de montaña.



Campaña de seguimiento de la calidad de las aguas durante una actividad de senderismo. / Fuente: Esther Murciano.

3. UN CAMBIO NECESARIO, TAMBIÉN PARA LOS GUÍAS

Aquellos guías que viajaban en verano a escalar a los Alpes o guiaban ascensiones en el Himalaya, buscaron nuevos destinos para trabajar dentro de nuestras fronteras. Los guías de barrancos aprendieron a moverse en el agua con la dichosa mascarilla. Y todos en general tuvimos que aprender a vivir de nuestra profesión bajo cierres perimetrales, con ratios muy reducidas y siguiendo estrictos protocolos para evitar la propagación del Covid-19.

En definitiva, para preservar la salud de todos, nos hemos adaptado a vivir y a trabajar inmersos en una pandemia. Y quizá, ahora más que nunca, y para proteger un planeta también enfermo y que también es de todos, es momento de cambiar y adaptarnos a la situación de nuestro medio ambiente —ejerciendo nuestra actividad de la manera más respetuosa posible con la naturaleza, y aprovechando el gran potencial de nuestra profesión—. De ello depende que sigamos guiando en glaciares y bosques, descendiendo barrancos de aguas limpias o escalando bajo el vuelo de los majestuosos buitres.

LA EXPERIENCIA DEL SOLITARIO

JOSÉ JUAN DOMÍNGUEZ LÓPEZ. Técnico Deportivo en Escalada.

Cuando me propusieron escribir sobre escalada en solitario, he de reconocer que sentí más responsabilidad que la que experimento propiamente a la hora de escalar. Pero también es cierto que me atrae el hecho de, tal vez, desmitificar este estilo e impregnarlo de un toque humano, alejado de lo divino. En definitiva, se trata de poder transmitir otra manera de entender la escalada.

Sois muchos los profesionales que leeréis este texto y que, sin duda alguna, ya conocéis bien a fondo esta modalidad. Pero, quizás, pueda aportar algo a otros muchos. Y es que la escalada en solitario, tal y como yo la concibo, no se limita a ser un recurso empleado exclusivamente en los momentos en los que carecemos de compañero, sino que se trata más bien de una válvula de escape o alternativa a nuestras actividades cotidianas de escalada; aporta un carácter diferente a la actividad y un aprendizaje, y también contribuye al conocimiento de uno mismo de una manera profunda o, al menos, distinta.

Con el paso de los años, aprendí a darle importancia a la aventura despojándome de la etiqueta del grado. Resultó difícil, entonces, entender cuáles eran las razones que me llevaban —viviendo yo en Galicia— a coger el coche y recorrer un sinfín de kilómetros para ascender en solitario determinadas clásicas “de poco valor aparente” y sin el apoyo moral de un compañero. Supongo que la razón principal era ese atractivo que tiene conocer nuevas paredes de forma completamente autónoma. En palabras de Pep Masip —según quedan recogidas en el libro de Carlos Suárez, *SOLO. Experiencias y técnica de la escalada en solitario*—, “puede que sea una respuesta a un impulso que me empuja a probarme a mí mismo”. O puede que sea el resultado de buscar el simple placer de ascender en soledad —disfrutando del silencio— y con los pensamientos centrados en la ascensión, descubriendo, así, que no escalas por nadie ni para nadie, sino tan solo para tu propia satisfacción.

**No escalas por
nadie ni para
nadie, sino tan
solo para tu propia
satisfacción**

Por eso, quisiera transmitirlos cómo llegué a plantearme en su día la ascensión a El Capitán en solitario. Un deseo este que puede expresarse a través de las ideas de Lynn Hill en relación a la escalada de autoprotección —parafraseo a la escaladora gracias a las notas recolectadas durante años y que seguro

que proceden de algún número de la revista *Desnivel*—: ella sostenía que si la búsqueda se centra únicamente en el grado, corremos el riesgo de olvidar una parte importante del espíritu de la escalada, como el ser responsable de tus propias decisiones y el poder elegir por dónde y cómo vas.

1. APROXIMACIÓN A LA MODALIDAD EN SOLITARIO

La escalada en solitario guarda una estrecha relación con la profesión del guía de montaña y contribuye, bajo mi punto de vista, a un mayor enriquecimiento personal en todas las dimensiones: como escalador, como técnico y como guía —valga la redundancia—, además de facilitar un repertorio de recursos específicos para el desempeño profesional. Es por ello que, como Técnicos Deportivos, deberíamos transmitir y poner en valor también las modalidades más estrechamente vinculadas a la aventura y el riesgo, como es la escalada en solitario.

De un tiempo a esta parte, diversos *solos* han llegado al público a través de diferentes medios, y ello ha dado pie a una gran confusión en relación a la terminología propia de esta modalidad. Resulta necesario, pues, formar/informar a las futuras generaciones y al público en general de las diferencias entre el *solo integral* —al que nos referimos comúnmente cuando decimos que alguien escaló “en solo”— y la escalada en solitario, una actividad que técnicamente no es mucho más compleja que la realizada con compañero, pero que implica un aumento del compromiso y la exposición ante determinados supuestos o incidentes —ya que escalar con compañero siempre resulta de ayuda tanto en el plano físico como en el psicológico—. También hay que tener en cuenta que, a la toma de decisiones durante una escalada en solitario, siempre se le añade un componente de aventura y, en esas circunstancias, la clave consiste en encontrar el equilibrio entre el grado máximo asumible y el compromiso de la ruta.

La escalada en solitario guarda una estrecha relación con la profesión del guía de montaña

2. ORÍGENES

Es innegable que la escalada en solitario ha formado parte de la evolución del alpinismo desde sus orígenes, y todavía hoy sigue vigente como una modalidad que atrae a un grupo reducido de practicantes —más o menos esporádicos— entre los cuales os encontrareis numerosos compañeros de profesión.

Personajes como Gustavo Shulze o Miguel López —que, en 1933, asciende en solitario el Torreón de Galayos—, marcaron los primeros pasos. Pero fueron muchos otros los que, en España, continuaron la estela de los pioneros, especialmente durante los años 70 del siglo XX. Gran parte de esta “historia en solitario” se materializó en el Picu Urriellu, donde destacadas figuras de la época —Fernando Ruiz, entre otros— realizaron relevantes ascensiones. Finalmente, si fijamos nuestra atención en los tiempos que corren, cabe mencionar a Silvia Vidal, gran referente mundial actual de este estilo.

3. LOGÍSTICA

La labor de un escalador solitario es siempre más agotadora que la de una cordada, ya que todo el trabajo depende de uno mismo. Para facilitar la tarea al practicar este tipo de escalada, varios han sido los aparatos fabricados: algunos de ellos, con homologación, como el *Silent Partner* —aunque hoy en día resulte complicado adquirirlos—, y otros muchos que han venido a sustituirlos posteriormente —aunque ninguno con la homologación del fabricante—. A lo largo de mi trayectoria, siempre he tenido muy buenas sensaciones con el llamado *Soloist*, y también he podido comprobar cómo el *Cinch* (actual *Vergo*) de Trango mejoraba sus prestaciones y me facilitaba ciertas maniobras, razones que me han llevado a decantarme por él en todas mis ascensiones hasta la actualidad.

En cuanto a la metodología que empleé durante la escalada, tengo que señalar que no difiere mucho de la convencional en este estilo: la cuerda, siempre a la espalda y bien colocada en la mochila —y con sus nudos de retención—; el Cinch, en posición elevada gracias a un arnés sencillo y regulable de pecho, como el *Torse* de Petzl... A la hora de recuperar los largos, uso un puño de ascensión en posición elevada, o bien jumareo con los estribos. En las reuniones equipadas, como suele ser lo habitual, tiendo al minimalismo y utilizo siempre el ocho de doble seno para triangular los seguros.



Detalle de reunión direccionada gracias a la colocación de un prusik —a través de una goma— en el primer seguro. / Fuente: José Juan Domínguez.

Más allá de la planificación común a todas las ascensiones, resulta primordial en grandes empresas saber calcular la cantidad de agua, de comida y de material, ya que un exceso de peso ralentiza la progresión. Sin embargo, la carencia —sobre todo, de agua— podría mandar el proyecto al traste al no poderse realizar en los días previstos. Evidentemente, la experiencia y el conocimiento de uno mismo serán determinantes para afrontar estas decisiones, pero siempre aceptando una inevitable dosis de incertidumbre.

**Evidentemente,
la experiencia y el
conocimiento de
uno mismo serán
determinantes para
afrontar estas decisiones,
pero siempre aceptando
una inevitable dosis de
incertidumbre**

4. EXPERIENCIA PERSONAL: VÍA TRIPLE DIRECT (5.9, C2, 1.100m), EL CAPITÁN (YOSEMITE), 2011

En 2001, me inicio en la escalada en solitario a través de pequeñas prácticas y decido comprar un libro decisivo —que ya ha sido mencionado en este texto—: *SOLO. Técnicas y experiencias*, de Carlos Suárez (editado por Desnivel). Se trata de un texto que acabaría por empujarme poco a poco hacia los adentros de esta modalidad. En 2003, me lanzo definitivamente a mis primeras rutas de varios largos en solitario y mis primeras paredes de cierta entidad llegan en 2007. Fueron tiempos de exploración personal en los que tenía muy presentes las ideas del propio Suárez: “No tienes que ser el mejor de todos, sencillamente dar lo mejor de ti mismo”.

Tras varios años recorriendo diferentes vías clásicas, y a raíz de la ascensión en solitario de la Rabadá-Navarro al Picu Urriellu, fui consciente de que me encontraba preparado para las grandes paredes y, por extensión, de que podría acometer proyectos de *big wall* de más de una jornada en el futuro inmediato. Era el momento de pensar en una pared emblemática como El Capitán.



Vía Triple Direct. / Fuente: Gonzalo Domínguez.

Escenario: tras dos viajes al valle de Yosemite, te das cuenta de que esta pared tiene todos los ingredientes en cuanto a longitud, dificultad e historia para hacer posible una experiencia única.

La vía: aunque la decisión final se debió a la pura estrategia, hay que saber que la Triple Direct está considerada como una de las rutas más representativas de la pared —de entre las “asequibles”, para que nos entendamos—, con la ventaja de ser mucho menos transitada que la popular The Nose, debido a su menor prestigio y por ser algo más laboriosa, si cabe.

Fortaleza: teniendo en cuenta que la resistencia es lo más importante, y con la intención de afrontar el objetivo con garantías, dediqué un tiempo a realizar numerosas clásicas por la península e intensas sesiones en solitario en mis escuelas de referencia de Faro de Budiño y La Peneda. El fin era trabajar no solo lo físico, sino también lo mental.

Climatología: normalmente, es estable, pero con tormentas ocasionales que, aún estando anunciadas, han causado accidentes mortales —debido a su virulencia o a errores en los partes meteorológicos—.

Obviamente, ir solos no nos permite emprender los mismos proyectos en cuanto a nivel de dificultad, pero las sensaciones compensan el sacrificio

Planificación: destacaría la labor de planificación como la más importante de entre las principales dificultades a la hora de escalar en solitario. Básicamente, apliqué un planteamiento conservador típico de una cordada normal, teniendo en cuenta que tan solo escaladores experimentados o conocedores de la pared afrontan este itinerario en menos de tres días. La decisión resultó acertada, ya que haberlo intentado en menos tiempo habría hecho aumentar bastante el compromiso, con un riesgo más elevado de fracaso. En cuanto a la estrategia, y según mis cálculos, la poca afluencia de cordadas en la mayor parte del recorrido me facilitaría la tarea de iniciar la última sección de la vía con poco tráfico. De hecho, escalé en completa soledad durante dos días y medio.

Tras la planificación, queda ya únicamente el acto de lidiar con la dificultad intrínseca asociada al solitario, siempre expuesto a tener una mala caída o imprevisto sin poder contar con la ayuda de un compañero. Obviamente, ir solos no nos permite emprender los mismos proyectos en cuanto a nivel de dificultad, pero las sensaciones compensan el sacrificio.



L13, remontando el petate. / Fuente: José Juan Domínguez.

Crónica de una ascensión: entre material, agua y alimentos, desplacé alrededor de 35kg —acarreando siempre conmigo entre 12kg y 15kg en el momento de iniciar los largos: la cuerda a la espalda, y cerca de dos juegos y medio de *friends*, *expresses* y mosquetones varios...—. Por otra parte, y a través de un cordino auxiliar, remontaba un petate de 20kg aproximadamente que contenía once litros de agua, comida, un saco ligero, ropa de abrigo, etc. El método para la maniobra consistía en subir el petate —que había quedado colgado de un anclaje con una fifí— por contrapeso a través del cordino auxiliar y una polea bloqueadora mientras yo rapelaba por la cuerda principal.

Todo esto se unía al repertorio de pequeños trucos que facilitaban el desarrollo de la ascensión y aportaban un plus en seguridad: disponer de pequeñas gomas con las cuales confeccionar prusiks, por ejemplo —y entre otros posibles usos—, evitaba que la cuerda se deslizara por el sistema de autoseguro; fijar el freno con velcro al arnés de pecho permitía que se liberara en largos o pasos difíciles, cuando existía la posibilidad de caer de espaldas o de cabeza... Este último método ya lo tenía muy depurado; con él se consigue que el sistema adquiera una posición vertical al liberarse, garantizando el bloqueo de la cuerda tras la caída —caigamos como caigamos—.

DÍA 0 (3h 20' – 4L): la estrategia consistió en fijar los cuatro primeros largos con el fin de entrar en la vía al día siguiente muy de madrugada. Había programado un total de hasta tres vivacs. Al final, y tras alguna que otra sesión maratoniana, conseguí terminar la ruta necesitando solo dos y realizando el tercero en la misma cumbre.

DÍA 1 (11h – 10L): aún conservo con nitidez el recuerdo de salir montado en bicicleta del Camp 4. Pedaleé solo en mitad de la noche, bajo la luz de mi frontal, hasta llegar a la pradera, sabiendo que me enfrentaba al reto de mi vida... Saboreaba esos minutos en los que sientes que ha llegado el momento de demostrarte a ti mismo hasta dónde puedes llegar.

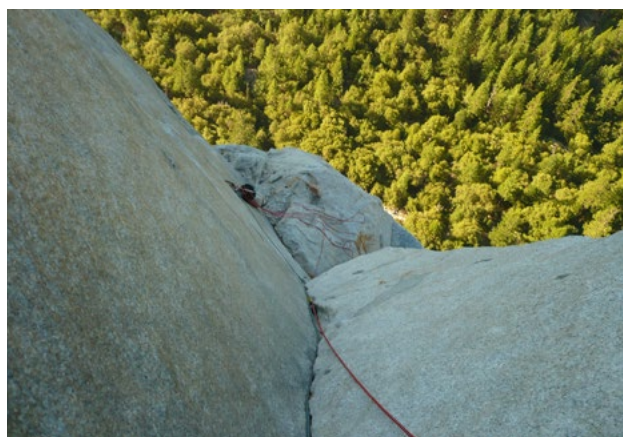
Saboreaba esos minutos en los que sientes que ha llegado el momento de demostrarte a ti mismo hasta dónde puedes llegar

Tras arrancar a las 06:40h, alcancé la repisa del primer vivac, en la R14, según lo previsto —eran las 18:00h—. Mi confianza ganó enteros y empecé a ser consciente de que podría lograrlo. Observar desde el vivac el tráfico del valle resultaba placentero. Ajeno a los problemas mundanos y a su ritmo frenético, mi única preocupación consistía en repasar la logística del día siguiente.

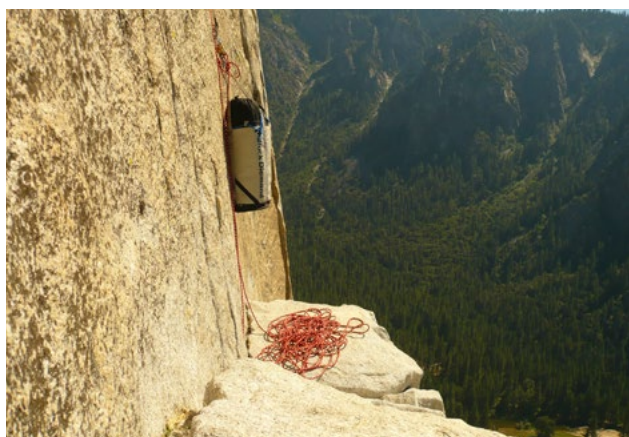
DÍA 2 (11h – 7L): comencé la jornada a las 06:30h, pero las cosas se torcieron tras comprobar lo laborioso de las tiradas de travesía con el petate a cuestras y el consecuente desgaste físico que suponían. Esto hizo que mi moral fuese decayendo, y más aún al comprobar que no alcanzaría antes del anochecer las repisas de Camp V —a las que quería llegar ese día—. Así que me vi obligado a pernoctar en una estrecha repisa situada debajo del Great Roof por prudencia tras haber fijado previamente el largo.



L1. / Fuente: Joel Rodríguez.



Encabezando el L7 y vistas a la R6. / Fuente: José Juan Domínguez.



Vistas desde la R10. / Fuente: José Juan Domínguez.



Autorretrato. R14. Primer vivac. / Fuente: José Juan Domínguez.

Durante aquel día, tuve la sensación de haberme metido en un proyecto demasiado complicado para ir en solitario; y, por momentos, sentí que el compromiso y la responsabilidad ocupaban por completo mi cabeza, insuflándome un gran temor por la incertidumbre y por ese no saber cómo acabaría todo.

DÍA 3 (14h – 9L): tocó madrugar de nuevo —comencé a las 05:30h—. Con el transcurso del día, fui controlando mejor mis sentimientos. Al comprobar que el físico iba respondiendo al esfuerzo realizado, vi claro que, tarde o temprano, alcanzaría la cumbre. Y es que, como diría el gran Steve Schneider: “Realmente me gusta el sentimiento de cavar hondo en mi mismo, encontrando energía en un momento de agotamiento total” (de nuevo, recojo la cita del libro de Carlos Suárez). Salí por arriba cuando ya era de noche, en torno a las 20:00h.

Recuerdo terminar la vía exhausto, y sin esa sensación de alegría que te embarga cuando llegas a la cumbre acompañado. Al igual que en otras ascensiones en solitario, las emociones surgieron *a posteriori*: descender al día siguiente cargado con todo el material y encontrarme con mi sobrino en la pradera fue realmente emocionante. La llegada a Camp 4, la felicitación de los compañeros —es curioso el nivel de empatía que se genera con alguien a quien apenas conoces pero que entiende de lo que hablas—... En fin, fue una sensación que me acompañó durante muchos días, e incluso meses.

Algunos detalles sobre el avituallamiento: para los tres días, llevé seis barritas energéticas, seis geles, cuatro sándwiches, tres donuts de mantequilla de cacahuete, dos plátanos y un bote pequeño de arroz con atún. Y también tres cigarrillos, uno para cada vivac —¡bien sabe Dios cómo los disfruté!—. De los once litros de agua, alrededor de siete y medio eran de Gatorade. El consumo diario aproximado fue de tres litros y medio.

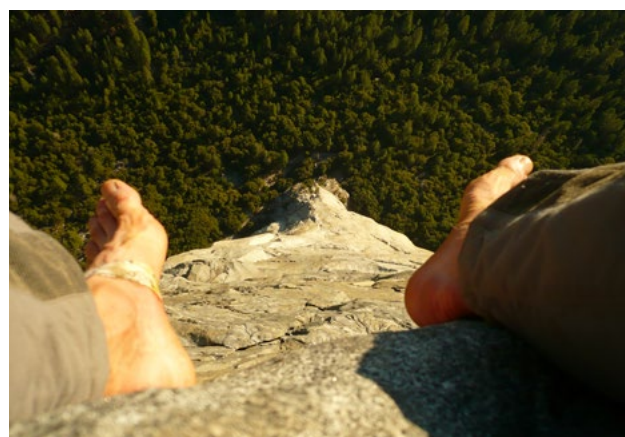
Finalizo esta crónica nombrando a mi compañero de cordada, Joel Rodríguez. Con él, pude realizar diversas ascensiones de acondicionamiento y supuso un pilar imprescindible en los momentos de bajón anímico previos a la ascensión —que los hubo, y bien importantes—.



Vistas del Great Roof desde la R20. / Fuente: José Juan Domínguez.



R17. / Fuente: Tom Evans.



R20 y vistas del segundo vivac. / Fuente: José Juan Domínguez.



Jumareando el L26, Changing Corners. /
Fuente: Tom Evans.



Cumbre y tercer vivac. / Fuente: José
Juan Domínguez.

5. ENSEÑANZAS PROPIAS

Entrenar: hay que entrenar en vías cuya dificultad se encuentre por debajo de nuestro nivel cuando la moral está más baja y así recobrar la confianza y reducir el miedo. Porque el miedo “es el mayor motor del ser humano”, según decía Jérôme Rochelle (tomo el entrecomillado, una vez más, del libro de Carlos Suárez). Cuanta más confianza tengamos en nuestro equipo y planteamiento, más reduciremos nuestros temores.

Concentración: el orden y la rutina son esenciales. Es preciso no pensar en asuntos del pasado ni del futuro. El presente debe ser lo primordial.

Expectativas realistas/sentido común: hay que ser consciente del nivel alcanzado y, sobre todo, hay que ser honesto con uno mismo. Al escalar en solitario, podremos optar por diferentes niveles de seguridad —dependiendo del equipo que decidamos llevar—, pero lo más importante es que tomaremos decisiones propias, y esas son las que van a contar.

Por último, y esperando que la lectura os haya resultado interesante —o, cuando menos, agradable—, me gustaría recordaros —aunque ya lo sepáis— que la importancia de una experiencia no solo radica en el Qué o el Con Quién, sino también, en el Cómo. A través del Cómo, la ascensión adquiere su verdadero significado.

¡Saludos y buenas escaladas!

6. REFERENCIAS

Suárez, Carlos. 1999. *SOLO. Experiencias y técnica de la escalada en solitario*. Madrid: Desnivel.

PLANIFICACIÓN, APPS, WEBS Y BOLAS DE CRISTAL

MIGUEL MARÍA DELGADO BOLDÚ. Técnico Deportivo en Barrancos y Media Montaña.

Siendo Técnicos Deportivos y guías de barrancos, algo básico y fundamental en nuestro trabajo es la planificación. Uno de los grandes problemas en esta fase surge cuando necesitamos conocer una gran cantidad de información y, sobre todo, cuando necesitamos que esa información sea absolutamente fiable. Solo teniendo información fidedigna, conseguiremos que nuestras planificaciones tengan un grado de seguridad más que aceptable. Conocer los caudales previos, los caudales el día de la actividad, la meteorología previa, la meteorología el día de la actividad, la posible apertura de presas y/o acequias... Todo esto es información imprescindible para el desarrollo de nuestra profesión.

Tener una bola de cristal nos vendría muy bien, pero, de momento, nos tenemos que conformar con las nuevas tecnologías y los recursos que estas nos ofrecen —que no son pocos—. En este artículo, se presentan algunos de estos recursos y se definen sus funciones —muchos tal vez los conozcáis, y otros quizás os sorprendan—. Sin duda, el objetivo final es que os puedan resultar de utilidad a la hora de desempeñar vuestro trabajo diario y así podáis dotar a vuestras actividades de una mayor seguridad. Como consecuencia, tanto las personas guiadas como vosotros mismos os encontraréis también más protegidos.

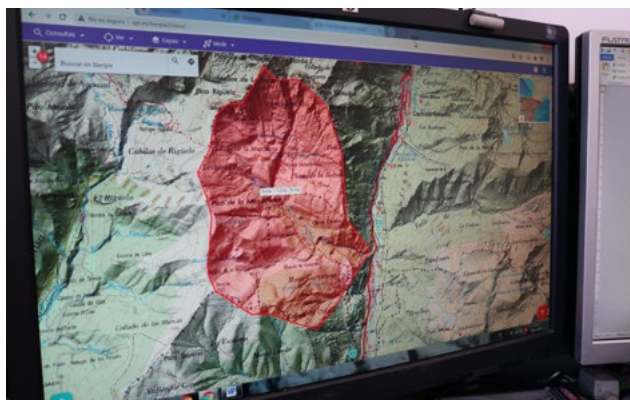
Partimos de la base de que, a la hora de planificar una actividad en barrancos, las circunstancias pueden ser variopintas: los barrancos pueden ser conocidos o desconocidos, quizás se ubiquen cerca de casa o en otros países... Por eso, algunas de estas herramientas no son necesarias en algunos casos, pero tal vez, en otros, sean imprescindibles.

1. TERRENO

Una buena opción para conocer el terreno es echar mano del visor cartográfico del [Instituto Geográfico Nacional](#), que nos va a servir para calcular la extensión de las cuencas hidráulicas, el porcentaje de vegetación que afecta a nuestro barranco, la orientación y las altitudes. Incluye una herramienta de cálculo de áreas que resulta interesante para determinar el tamaño de la cuenca y su estructura, dos datos que nos ayudarán a valorar el volumen, el ritmo, la duración y la forma de una posible crecida. Cuanto más grande es una cuenca, más agua recolectará para nuestro barranco. Se puede dar el caso de cuencas hidráulicas muy grandes en las que nos encontremos con un sol radiante en el lugar donde estamos realizando la actividad, mientras que esa misma cuenca esté siendo afectada en otra de sus zonas por una tormenta, y esta puede producir una crecida. Entendemos como cuencas pequeñas las que van de 2 a 4 km²; medianas, las que van de 4 a 8 km²; grandes, de 8 a 12 km²; y muy grandes, las de más de 12 km². Por otro lado, la forma es un parámetro que nos permite saber cómo va a ser la crecida, su caudal máximo y la bajada del mismo —por supuesto, también influyen el tipo de suelo, la pendiente, la saturación del suelo por lluvias anteriores y la cubierta vegetal de la cuenca—. Las cuencas con forma de abanico implicarán picos más altos de crecida, un crecimiento más rápido y una mayor velocidad en su retorno a caudales normales. En cambio, en cuencas elípticas, las crecidas serán más duraderas en el tiempo, pero con picos de caudal menos elevados. Estas claves nos facilitan la tarea para decantarnos por un barranco u otro cuando la meteorología no es clara o evidente.

1. TERRENO

El visor también contiene una herramienta de capa de imagen (PNOA: Plan Nacional de Ortofotografía Aérea). Con ella, vamos a obtener una representación clara de la cuenca de nuestro barranco y de ella podemos extraer la información acerca de la cobertura vegetal que nos afecta. Así, seremos capaces de conocer de manera aproximada el coeficiente de escorrentía, es decir, la porción de precipitación de lluvia que se va a convertir en caudal. Este depende de varios factores como son la cobertura vegetal, la pendiente, el tipo de suelo... Sabemos que el revestimiento vegetal del suelo retiene y ralentizan las crecidas; por lo tanto, no será lo mismo una cuenca hidrográfica que no tiene vegetación y que presenta la roca desnuda (coeficiente 0,80) a otra que tiene un bosque denso en toda su extensión (coeficiente 0,05). Recordemos que un coeficiente de 1 indica que toda la precipitación caída llegaría al cauce del barranco. Los coeficientes son representativos de los extremos, y vienen determinados por factores como la pendiente, el grado de permeabilidad o impermeabilidad del suelo y el tipo de cobertura vegetal (bosque, hierba, pastos, cultivos...). Por último, cabe decir que, en este visor, trabajamos con mapas del IGN, de los que es muy sencillo obtener datos con respecto a la altura, el desnivel y la orientación —agentes que pueden igualmente ser decisivos en la génesis de las crecidas y en la definición de su modo de actuar—.



Trabajando con el visor Iberpix en el PC. /
Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

El gobierno francés nos ofrece este mismo servicio cartográfico y las correspondientes herramientas en su [web](#). Además, incluye mapas geológicos que arrojan luz sobre el tipo de suelo por el que discurre un barranco. En la península, este tipo de información se halla en la web del [Instituto Geológico y Minero de España](#) (IGME).

2. METEOROLOGÍA

Conocer la situación meteorológica es otra de las grandes claves. Y no solo se trata de estar al tanto de lo que puede acaecer en el futuro —es decir, de la previsión—, sino que también es necesario tener en cuenta el estado meteorológico actual y el pasado.

Conocer la situación meteorológica es otra de las grandes claves. Y no solo se trata de estar al tanto de lo que puede acaecer en el futuro —es decir, de la previsión—, sino que también es necesario tener en cuenta el estado meteorológico actual y el pasado

Sin duda, por cuestiones técnicas y legales, nuestra web o app de referencia es [AEMET](#) (Agencia Estatal de Meteorología). AEMET ofrece predicción en montaña, con partes específicos de varios macizos. Si nuestro barranco no se encuentra en alguno de esos macizos, deberemos consultar la predicción por municipios. Lo más relevante del servicio de predicción en montaña es que pronostica a cuatro días vista y nos proporciona cierta información acerca del tiempo pasado (referente solo a la víspera), datos que habitualmente son de pago y que para nosotros pueden ser muy valiosos. Con ellos, podemos saber qué cantidad de agua ha recibido nuestra cuenca durante los días anteriores a la actividad que queremos llevar a cabo y, de este modo, conoceremos el nivel de carga previa y la saturación del suelo (algo que también puede influir en el coeficiente de escorrentía).

Por supuesto, no podemos dejar de mencionar los [radares y satélites meteorológicos](#). Estos nos aportan información en tiempo cuasi-real en relación al crecimiento, evolución, intensidad y dirección de las posibles tormentas. Existen varios radares regionales y, a través de ellos, tenemos acceso a la información sobre la reflectividad (producida por la precipitación) y a los datos de precipitación acumulada entre una y seis horas —debemos tener en cuenta las limitaciones de estos dispositivos ante situaciones caracterizadas

por precipitaciones escasas o tormentas muy lejanas al radar—. Los servicios autonómicos también disponen de radares, como los cuatro del [Servei Meteorològic de Catalunya](#), que brindan, asimismo, información específica de montaña en colaboración con la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) en la web [Meteomuntanya](#). Otros servicios meteorológicos autonómicos son [Euskalmet](#) o [MeteoGalicia](#), etc. Finalmente, existen aplicaciones móviles y web, como [Rain Alarm](#), que aglutinan todos estos radares e incluso disponen de alarmas de aviso para nuestro Smartphone —hay versiones gratuitas y de pago—. Recordad que estas aplicaciones usan los datos e imágenes que les proporcionan las agencias meteorológicas oficiales.

Los avisos meteorológicos son también fundamentales. [La web de AEMET](#) recoge los pronósticos del Plan Nacional de Predicción y Vigilancia de Fenómenos Meteorológicos Adversos (Meteoalerta), el cual pretende “facilitar la más detallada y actualizada información posible sobre los fenómenos atmosféricos adversos que puedan afectar a España hasta un plazo máximo de 72 horas, así como mantener una información continuada de su evolución una vez que han iniciado su desarrollo”. Ampliando la perspectiva, debemos mencionar el [Servicio de Alerta Meteorológica en Europa](#) (METEOALARM). Además, y como peculiaridad, me gustaría apuntar que, en Aragón, todas las empresas de turismo activo registradas recibimos del centro de emergencias 112 SOS Aragón todos los avisos meteorológicos al correo electrónico. Por su parte, nuestros vecinos franceses disponen de una muy buena predicción meteorológica para montaña, auspiciada por uno de los —posiblemente— mejores servicios de Europa, [Meteo France](#). En su web, encontramos buenas predicciones, imágenes de radar e imágenes satélite.

Si queremos afinar más en nuestras predicciones, podemos hacer uso de servicios web y apps como [Meteoblue](#), muy eficaz gracias a su multimodelo, o pronóstico comparativo a partir de los distintos modelos meteorológicos (AROME2, HIRLAM7, NEMS4, NMM4, GFS22...), que nos permitirá hacernos una idea más exacta del tiempo que va a hacer. En la misma línea, encontramos [Windy](#), disponible también como web y como app. Windy, además de predicción meteorológica, pone a disposición del usuario imágenes radar, satélite... En realidad, existe una infinidad

de apps y webs dedicadas a la predicción meteorológica: las que nos interesan son las de reconocido prestigio y las de los servicios meteorológicos oficiales como [Wetterzentrale](#) o [YR](#).

El problema acontece cuando queremos saber el tiempo pasado. Aquí la cosa se complica ya que, casi siempre, los datos son de pago. Para la zona del Pirineo central, existe el proyecto [Clima y Nieve Pirineos](#). Se trata de una iniciativa privada que recoge datos de 26 estaciones meteorológicas automatizadas —modelo Davis—. Los datos que nos interesan son los relativos a la lluvia pasada y presente. Más allá de eso, con sus webcams, podremos observar en vivo qué tiempo está haciendo.

A veces, las diferentes webcams de otros organismos o entidades (como las de la [DGT](#), o las de los [refugios de montaña...](#)) pueden servirnos para averiguar si está lloviendo o no en una zona. Eso sí, debemos comprobar que su última foto está actualizada. Como curiosidad, cabe mencionar la webcam del [Hotel Pradas](#), en Broto, enfocada directamente hacia la cascada del Sorrosal.



Caudal y posibles precipitaciones. / Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

3. CAUDALES

Conocer el caudal exacto de un barranco es difícil —además, no sabemos cuál sería un caudal alto, un caudal normal o un caudal bajo para realizar su descenso (dentro de la acotación acuática específica de cada barranco en concreto)—, pero sí podemos obtener datos de referencia para saber qué está pasando. Una herramienta para obtener dichos datos es el SAIH (Sistema Automático de Información Hidrológica) de la cuenca hidrográfica elegida. En las diferentes webs, encontraremos la información en tiempo real arrojada desde aforos, pluviómetros y estaciones meteorológicas —por cierto, un buen truco para trabajar con las herramientas que solo tienen versión web es copiar un enlace directo en la pantalla de inicio de nuestro Smartphone—.

Podemos tener una crecida extraordinaria en uno de estos barrancos a pesar de que el medidor esté indicando referencias bajas



En los propios aforos, disponemos de un código QR para ver la evolución de los caudales. / Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

Como ejemplo, tomaremos el [SAIH del Ebro](#). Algunos datos significativos que podemos extraer de sus estaciones meteorológicas son la precipitación de los últimos días o los aforos de los ríos. Aunque con esto tenemos que tener especial cuidado, porque las referencias pueden ser de ríos represados, o ubicados a demasiada distancia del barranco programado. Una práctica muy habitual, y que suele llevar a error, es intentar conocer el caudal del barranco de Ordiso o el de Lapazosa tomando el medidor del Ara, en Boltaña —hay más de 50km de distancia desde el barranco hasta el medidor de aforos—. Podemos tener una crecida extraordinaria en uno de estos barrancos a pesar de que el medidor esté indicando referencias bajas. Esto es debido a que la crecida tarda bastante en llegar al punto del medidor. O quizás se trate del caso contrario: que la referencia marcada sea alta y el barranco se encuentre en condiciones aceptables de descenso debido a que al medidor estén llegando caudales que tienen su origen en posibles tormentas que hayan descargado en cuencas situadas por debajo de nuestra zona estudiada, pero que sí afectan al cauce en el medidor de referencia. Hay que ser especialmente cautelosos con estos datos, pero no por ello despreciarlos: combinados con la información de estaciones meteorológicas más cercanas al barranco, nos ayudan a sacar conclusiones bastante acertadas. No obstante, también hay situaciones ideales, en las que los datos sí remiten al propio barranco (por ejemplo, Boca del infierno, en el Valle de Hecho, o Foz del Verde, en el Veral). Finalmente, cabe mencionar que, hace poco, el SAIH del Ebro ha instalado unos paneles con un código QR. Al escanearlo, accedemos a su web, donde podemos observar la evolución de los caudales a lo largo de los últimos días.

Nos desplazamos ahora a la zona catalana. Allí podemos encontrar el programa denominado [L'aigua en temps real](#) de la Agencia Catalana del Agua. Y en Aragón y en la Aquitania, debemos destacar el proyecto [Canyoning Pirineos](#), orientado directamente a los barranquistas e impulsado por la Agrupación Europea de Cooperación Territorial (AECT) Espacio Portalet. Para su desarrollo, se han monitorizado 16 barrancos que discurren a ambos lados de la frontera del pirineo central. Existe conexión directa con una webcam enfocada a una escala limnimétrica, y emplazada en un punto representativo de cada barranco, desde donde podremos observar el caudal actual y las variaciones de caudal.



Regla limnimétrica para el control de aforo.
/ Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

Además, dispondremos de una valoración del caudal basada en la acotación acuática del barranco realizada por un guía local que actúa como prospector, actualizando la información durante toda la temporada (de abril a octubre), e indicando si el caudal es normal, bajo, alto o extraordinario. Esta información se basa en el empleo de una metodología unificada y consensuada por todos los guías que participan en el proyecto, incluyendo al coordinador del mismo. La información se completa con referencias a la temperatura, observaciones de seguridad (pozas colmatadas, animales, desprendimientos, prohibiciones o regulaciones)... Actualmente, el equipo está yendo un paso más allá y está realizando estudios de comportamiento ante las precipitaciones.



Conexión satélite con la webcam del barranco Os Lucars. / Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

El país galo, por su parte, también ofrece una serie de herramientas interesantes:

- **Vigicrues** informa sobre las crecidas de todas las cuencas hidráulicas francesas.
- **La Agence de l'Eau Adour-Garonne**, a través de su [Système d'Information sur l'Eau du Bassin Adour Garonne](#) aporta información hidrológica de la cuenca hidrográfica Adour-Garonne (Pirineo francés).
- **NIVEAU** es una web —y app— especializada en ofrecer información sobre los cauces de agua, las restricciones, los caudales (etc.) de las zonas en las que se realizan actividades deportivas o recreativas, aunque, a día de hoy, no funciona con normalidad.
- **La hidroeléctrica Électricité de France (EDF)**, gracias a su programa [Ma Rivière et Moi](#), facilita una buena base cartográfica y nos da información sobre posibles sueltas y restricciones en los barrancos y centrales hidroeléctricas que ellos gestionan.
- **La web de otra hidroeléctrica, en esta ocasión, de la Société Hydro-Electrique du Midi (SHEM)**, informa sobre las aperturas de las presas que regulan el Canyon du Soussoueu.

Pero, si lo que buscamos es información de barranquistas sobre caudales, existen varias páginas web y foros de Facebook que podemos consultar. Su interés radica en que posibilitan el acceso a información bastante actualizada, pero con el gran inconveniente de obligarnos a mantener una alerta constante. Proliferan las informaciones inexactas, amplificadas o reducidas a causa del ego o los intereses del autor. En cuanto al vocabulario empleado en estos espacios, es necesario señalar que la generalización de expresiones como *caudal alegre*, o *caudal fuerte* nos puede llevar a confusión. Finalmente, aunque las fotografías suelen ser una buena referencia, también nos pueden jugar una mala pasada: por ejemplo, si vemos una fotografía de una cascada que se ha tomado con un tiempo de exposición largo, puede dar la sensación de que el caudal es enorme; estéticamente, la foto puede ser muy atractiva —un precioso velo de agua—, pero la información que se extrae de ella quizás no es la que más se ajuste a la realidad. Algunos de los foros de Facebook más conocidos son:

- [Infocaudales \(barrancos\)](#).
- [Infobarranc](#) de la Comunidad Valenciana.
- [Barrancos Zona Centro](#).
- [Caudales Barrancos Andalucía](#).

Y, entre las páginas web destacables, podemos mencionar [Descente-Canyon](#), la cual incluye información que, al menos, está acotada en cuanto a términos de caudal (otra cosa es que quien la reseñe pueda incurrir en errores). La web también ofrece información básica de los barrancos, descripciones de las aproximaciones, indicaciones sobre reglamentación, sobre mínimo de cuerda en simple, sobre tiempos y desniveles...

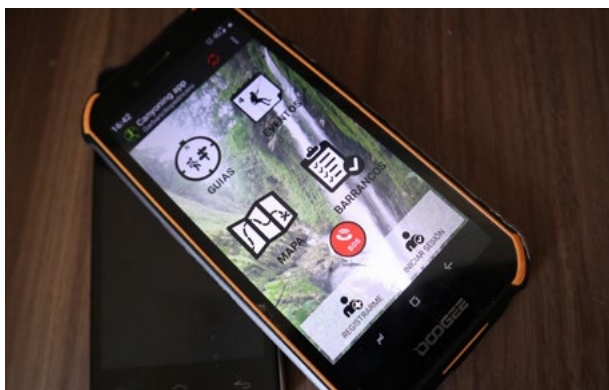


¿Caudal alto o bajo? / Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

4. RESEÑAS

Más allá de los clásicos libros, nuestras webs y apps de referencia para encontrar reseñas son:

- [Ropewiki](#), a escala internacional.
- [Infobarrancos](#), que recopila bastantes barrancos de toda la península —incluyendo Portugal— y Francia.
- [Cayoning app](#), de la que destaco su mapamundi con todos los barrancos registrados en su base de datos. Además, ofrece fichas técnicas con descripciones e información relevante sobre cada barranco.
- Existe otra web —pero es cerrada y exclusiva para sus creadores— donde se recopila una ingente cantidad de información en forma de reseñas: su nombre es [Topocanyons](#).



App en el móvil. / Fuente: Miguel María Delgado Boldú.

Con todos estos recursos —y alguno más que seguro que me dejo—, solo nos quedaría ya la consulta a una bola de cristal. Esa bola nos contaría exactamente qué es lo que va a pasar en nuestro barranco programado. Pero, entonces, nuestra profesión sería extremadamente aburrida y monótona. Así que, a falta de bolas de cristal, no os cortéis: descolgad el teléfono y llamad a algún compañero de la zona, que seguro que os pasará información fiable y actualizada. Además de hablar el mismo idioma, seguro que podemos disfrutar de una buena charla con un colega de profesión.

5. REFERENCIAS

Centre Régional d'Éducation Physique et Sportive (Vallon-Pont-d'Arc, Ardèche). 2018. *Manuel professionnel de canyoning*. Claix: CREPS Rhône-Alpes Éditions.

Fédération Française de la Montagne et de l'Escalade (FFME). 2007. *Canyoning: Manuel technique*. Vitrolles: Nota Bene Imprimerie Vitrolles.

Fédération Française de Spéléologie. 2019. *Manuel technique de canyoning*. Challes-les-Eaux: Éditions GAP.

Pin, Frédéric. 2015. *Canyoning initiation et perfectionnement*. Francia: Canyon Evasion.

IDIOMAS PARA GUIAR... ¿PARA QUÉ?

ROSANA LAGUIA SCHONHOFF. Técnico Deportivo en Media Montaña, profesora titulada de Inglés como Lengua Extranjera y Licenciada en Biología con el CAP.

¿Son los idiomas una herramienta imprescindible para nuestro trabajo como guías? Quizá la respuesta de muchas personas sea “no, claro que no”. Pero si la pregunta fuese: siendo guías, ¿se ve ampliada nuestra caja de herramientas al dominar uno o varios idiomas, además del nuestro? O incluso, ¿contribuye a la mejora de la calidad de nuestro trabajo con un grupo extranjero el hecho de que dominemos su idioma? Creo que, ante estas preguntas, habría más respuestas afirmativas.

Me gustaría aportar mi experiencia como guía de montaña que ha trabajado mayoritariamente con clientes de habla extranjera —en este caso, inglesa— y como profesora de inglés en cursos específicos para guías. Creo que los idiomas nos abren muchas puertas y pueden hacer que la calidad al desarrollar nuestra tarea de guiaje se vea incrementada —si tenemos un buen nivel—.

Mi trabajo como guía comenzó con grupos españoles y cerca de entornos urbanos, con una población importante que demandaba actividades de montaña. En esas circunstancias, el tema del idioma no me parecía muy necesario, aunque ya entonces guíé a algunos grupos de periodistas extranjeros interesados en promocionar en su país el turismo relacionado con actividades de montaña y naturaleza. Pero, al trasladarnos mi compañero y yo a otra provincia, y a una zona alejada de las ciudades, el perfil de cliente potencial cambió. La posibilidad de traer clientes foráneos a una zona de montaña conocida internacionalmente aumentó. Empecé a contactar con empresas extranjeras y la respuesta se fue haciendo nítida de forma gradual. Desde entonces, no he vuelto a guiar a grupos españoles, salvo en contadas ocasiones.

Creo que los idiomas nos abren muchas puertas y pueden hacer que la calidad al desarrollar nuestra tarea de guiaje se vea incrementada

Bien es cierto que, con la coyuntura actual —marcada por la pandemia de Covid—, el turismo extranjero ha recibido un duro golpe, y habrá que esperar a ver si los visitantes internacionales pueden volver a realizar actividades de montaña en nuestro país este año. Aun así, considero que la clientela de origen extranjero es un público muy interesante para nuestra profesión, por su nivel en montaña, por su afición al montañismo y su interés en el entorno natural, y por su nivel cultural y económico.

A lo largo de mi trayectoria como guía de montaña para visitantes extranjeros, he podido constatar que los momentos en los que más consciente he sido de los beneficios aportados por el dominio del idioma han sido aquellos en los que he compartido varias jornadas de trekking con grupos —y es algo que me ha resultado menos evidente en actividades de un día—. En este caso, se vive durante jornadas completas con los clientes: comes, desayunas, cenas y duermes con ellos y ellas en los refugios. En esas situaciones, tener una gran capacidad de comunicación ayuda mucho, ya que el cliente espera una interacción con su guía, le gusta conocer el país donde está, espera tener una comunicación fluida en caso de presentarse algún problema... Además —en mi opinión—, dominar otro idioma se convierte una habilidad perfecta para facilitar la integración de los miembros del grupo, para entender sus perfiles, o para solventar situaciones problemáticas de convivencia, si las hubiere. Por su parte, el cliente aporta un *feedback* muy positivo cuando conoces su idioma, ya que siente que ha recibido información rigurosa de una persona local. Se ha sentido “inmerso” en un lugar extranjero y ha podido aprender o entender algunas de sus características y sus costumbres. Se ha sentido bien atendido. Con esto, solo quiero señalar que un mejor dominio de su idioma mejora y facilita la interacción con el cliente, incluso al final del día, cuando todas y todos estamos cansados.

1. LA ENSEÑANZA DE IDIOMAS EXTRANJEROS EN ESPAÑA

Como guías, además de conducir a nuestros clientes por un itinerario, por una vía, por un barranco o por un descenso en esquís, también nos encargamos de otros aspectos —menos visibles, a veces— de la actividad. Nos encargamos de mostrar a las personas a las que acompañamos el entorno natural donde realizamos la actividad: su flora, su fauna, sus peculiaridades, e incluso aspectos relacionados con su conservación. Nos encargamos de “amenizar” la actividad, aportando el relato de alguna historia interesante vinculada a la zona o información sobre la actividad, o contestando a las preguntas planteadas por el grupo. También es imprescindible que nos encarguemos de la gestión del riesgo, dando instrucciones —a veces muy detalladas— para realizar maniobras, para aplicar técnicas o para indicar las acciones a seguir. Dado que abarcamos un amplio espectro de funciones en las que una comunicación fluida y comprensible es necesaria, creo que todas las personas que nos desarrollamos profesionalmente como guías y que nos planteamos trabajar con clientela extranjera debemos conseguir amplias destrezas comunicativas en su idioma.



Guía acompañando a un grupo extranjero. Picos de Europa. / Fuente: Rosana Laguía.

De este modo,
los y las
participantes se
ponen a prueba
en situaciones
que simulan la
realidad

Durante nuestra formación como guías, la enseñanza de idiomas supone un porcentaje muy pequeño de la carga lectiva. Además, se trata de un aprendizaje completamente teórico, basado en la memorización de vocabulario —tengo que decir que, al menos, se trata de un vocabulario adaptado a nuestras necesidades y bastante útil— y en un repaso de la gramática básica de la lengua estudiada. Creo que esta formación carece de un apoyo práctico, tan importante para los guías, ya que fundamentalmente los idiomas nos hacen falta para comunicarnos con nuestros clientes.

En varias ocasiones, y desde la perspectiva de otro de mis ámbitos profesionales —como profesora de inglés—, he diseñado o llevado a cabo cursos de inglés para guías de montaña, guías de turismo y otras personas relacionadas con este último sector profesional mencionado, y he comprobado que los mejores resultados se obtienen cuando extrapolamos el aprendizaje teórico al campo práctico, cuando los alumnos tienen la posibilidad de hacer salidas en el medio natural y conducir a un grupo en la modalidad deportiva que corresponda; todo ello, utilizando el inglés como herramienta comunicativa. De

este modo, los y las participantes se ponen a prueba en situaciones que simulan la realidad.

Hay muchos estudios que avalan que la mejor manera de aprender un idioma es siguiendo los principios didácticos y pedagógicos postulados por Piaget y Vygotsky, es decir, usando un enfoque por tópicos, que consiste en comenzar con un tema que sea relevante y de interés para el alumnado. Así, se logra que este se involucre en las tareas investigadoras a partir de su nivel lingüístico: los objetivos de la enseñanza se integran en el contenido de estudio a través de una experimentación activa. En el caso concreto de la enseñanza de idiomas aplicada al guiaje, los objetivos prácticos específicos de este terreno —conducir, comunicar instrucciones, relacionarse con los miembros del grupo o clientes individuales— se deberían integrar en el contenido del aprendizaje como una parte fundamental. Otro de los aspectos a tener en cuenta es la motivación. Si conseguimos hacer cursos relacionados directamente con el desempeño de la labor como guías, el alumnado se encontrará más motivado y podrá integrar los nuevos conocimientos en su rutina (en este caso, laboral y profesional).

Según representantes del British Council en España, el principal problema con respecto a la enseñanza del inglés en nuestro país es la falta de práctica. En España, se ha enseñado este idioma —y otros idiomas extranjeros— desde un punto de vista centrado en las reglas gramaticales y en la adquisición de vocabulario, pero hay un déficit en el área de las destrezas asociadas al habla y a la escritura. Si se trabaja mediante una inmersión total en un ambiente en el que el idioma extranjero sea el único vehículo de comunicación, poco a poco vamos adquiriendo vocabulario, oído para comprender y capacidades para comunicarnos. Desde luego, este proceso es mucho más rápido en niños —que aún están desarrollando sus estructuras de aprendizaje— que en adultos.

2. EL TURISMO EXTRANJERO DE MONTAÑA EN ESPAÑA

Hay muchas personas desempeñando su labor como guías en España que solo trabajan con clientes españoles y, por tanto, no sienten la necesidad de estudiar otro idioma para comunicarse. Pero es posible que, en algún momento de su carrera profesional, opten por ampliar su formación con cursos que se ofrecen en otro país, o quieran contactar con otros profesionales de la esfera internacional, o necesiten ampliar sus posibilidades de clientela, ofreciendo actividades a empresas o turistas extranjeros.



Grupo extranjero en Picos de Europa. / Fuente: Rosana Laguía.

Creo que todos hemos comprobado que las personas en su propio país demandan menos actividades guiadas que si viajan al extranjero. Es algo normal buscar un guía en un país que no es el tuyo, bien por comodidad o por desconocimiento del lugar o para aprender más y disfrutar de una experiencia más completa en ese país. Entre las razones que explican esta realidad también se encuentra la necesidad de gestionar el riesgo de la actividad.

En países como Argentina, la Asociación de Guías de Montaña tiene un buscador de guías por idiomas, lo cual demuestra que existe una demanda de este servicio y que el hecho de comunicarse en uno o varios idiomas distintos al propio puede influir en el aumento de la empleabilidad de un guía.

En España, el número de turistas extranjeros ha ido creciendo gradualmente en los últimos años (sin tener en cuenta, por supuesto, el año pasado: 2020) y, con ello, el número de personas que descubren en España encantos más allá del *sol* y *playa*. Durante el año 2019, visitaron España 83,7 millones de turistas, lo que supuso un incremento del 1,1% con respecto al año anterior. Por su parte, el número de excursionistas (pongamos que, en términos de estadística, este tipo de turista será el más cercano al que nos podría solicitar servicios de guiaje) aumentó un 1,7% y alcanzó los 42,4 millones —los datos proceden del informe “Estadística de Movimientos Turísticos en Fronteras (FRONTUR)” del Instituto Nacional de Estadística (publicado el 3 de febrero de 2020 y que se refiere a las cifras del año 2019)—.

Tal y como muestra la gráfica facilitada a continuación, en 2018, la variación anual fue muy positiva en cuanto al incremento de turistas del tipo excursionista, no así en 2019 —aunque siguió suponiendo un aumento—.

Legada de visitantes internacionales según tipo de visitante
Variación anual



Los principales países de residencia de los turistas fueron Reino Unido, Alemania y Francia. La llegada de turistas residentes en Reino Unido descendió un 2,4%, los turistas alemanes un 2,1% y la de turistas procedentes de Francia se redujo un 1,2%.

Llegada de visitantes internacionales según su tipología. / Fuente: FRONTUR.

Pero, según un estudio más detallado que da cuenta del número de personas que visitan espacios naturales—realizado por el Consejo Asesor Científico de las Montañas— en la temporada anterior (2017-2018) las cifras que representan la presencia extranjera son muy bajas y únicamente suponen un 2,8% del total encuestado a lo largo de todo un año. Estos resultados tan discretos podrían deberse, en parte, a que solo una cuarta parte de las encuestas se realizó en periodo estival—cuando más acuden los extranjeros a nuestro país—.

Tabla 7: Distribución de frecuencias por “País de Residencia”.

Nacionalidad	N	%
<i>España</i>	780	97,2
<i>Extranjero</i>	22	2,8
	802	100

Fuente: CACM-FEDME.

Distribución de frecuencias por país de residencia /
Fuente: Consejo Asesor Científico de las Montañas.
FEDME.

Ante esta situación, creo que es justo considerar las diferentes lenguas como una herramienta más de trabajo que puede ampliar las expectativas laborales, y, por tanto, quizá sería interesante que en los programas de formación actual se incluyese un módulo práctico enfocado al aprendizaje de idiomas. Tal vez, esta formación podría plantearse de forma optativa, ya que seguirá habiendo guías poco interesados e interesadas en implementar los idiomas en el desempeño de su labor, y más orientados y orientadas hacia la tarea de guiar a clientes nacionales.

Por mi parte, ya solo resta animaros a aprender o perfeccionar algún idioma que os motive y os interese, porque, con el tiempo, os aseguro que se ve la evolución y el resultado.

3. REFERENCIAS

Garcés Garcés, Norma Narcisa. 2016. “El proceso de enseñanza-aprendizaje del idioma inglés en los estudiantes de la carrera de Educación Parvularia.” En *Memorias del segundo Congreso Internacional de Ciencias Pedagógicas: Por una educación innovadora, para un desarrollo humano sostenible*, coordinado por Manuel Roberto Tolozano Benítez, 323-334. Guayaquil: Instituto Tecnológico Bolivariano.

Mestres, Laia. 2009. “Las oportunidades que nos ofrece dominar una lengua extranjera.” Consultado por última vez en abril de 2021. <https://www.educaweb.com/noticia/2009/10/05/oportunidades-nos-ofrece-dominar-lengua-extranjera-3883/>

EXPLORAR EN TIEMPOS DE PANDEMIA

HILO MORENO. Técnico Deportivo en Barrancos y Media Montaña.

El trabajo del guía de montaña es amplio y variado. Mucho más de lo que imaginamos. A veces, es poco mediática la labor de esta profesión —si la concebimos más allá de la idea de las acostumbradas cumbres y escaladas—. Puede parecer que el perfil del guía, en sus diferentes modalidades, queda siempre delimitado por unas coordenadas muy concretas: nos solemos imaginar a nosotros mismos —como profesionales— ascendiendo cuatromiles en los Alpes, recorriendo clásicos trekkings del mundo o descendiendo profundos cañones del Pirineo acompañando con seguridad a deportistas ávidos de emociones. Sin embargo, las competencias vinculadas a nuestra profesión ofrecen unas posibilidades mucho más amplias y pueden suponer una pieza clave en un contexto medioambiental crítico como el actual.



Procesando muestras in situ en Antártida Oriental. / Fuente: Hilo Moreno.

Las competencias vinculadas a nuestra profesión ofrecen unas posibilidades mucho más amplias y pueden suponer una pieza clave en un contexto medioambiental crítico como el actual

1. LA TAREA DE UN GUÍA

Pese a haber nacido en un entorno que es más urbano que un parquímetro, crecí obsesionado con el mundo de la exploración en general —y de la exploración de los Polos, en particular—. Dediqué mis años de carrera a saltarme las clases y a escalar en las sierras cercanas, y comencé temprano a trabajar como guía de trekking. Pronto, cumplí uno de mis sueños y me convertí en parte de la dotación de una base antártica con la tarea de guiar a los investigadores. De esta manera, pasé de guiar a seres humanos a guiar a científicos. Bromas aparte, lo que intento transmitir es que abandoné el guiaje tradicional, cuyo objetivo principal es el disfrute y la satisfacción del cliente, para trabajar como un integrante más en un equipo encargado de la obtención de datos.

Este cambio de perspectiva es interesante y se basa en el principio fundamental que ha orientado mi camino profesional. En el guiaje tradicional, el guía le muestra al cliente la belleza y los secretos del lugar y de la actividad. Cuando se trabaja conduciendo a investigadores y prestándoles el apoyo necesario para que realicen con seguridad sus estudios, es el cliente quien le muestra la belleza desconocida o el interés oculto del espacio al guía —si es que este muestra voluntad por adentrarse en todo ese universo, claro—. Donde el guía de montaña ve un puñado de tierra, el investigador puede detectar millones de formas de vida microscópicas; o donde aquel ve una presa de escalada, el científico descubre un esquivo metamórfico o una posible evidencia del cambio climático. Si el guía de montaña está dispuesto a aprender, el cometido de acompañar a investigadores puede llegar a convertirse en una clase magistral continua.

2. REUBICACIÓN: DE LA EXPLORACIÓN POLAR AL PACKRAFTING EN LA COMUNIDAD DE MADRID

Este ha sido mi contexto laboral durante la última década. Pero, como ha ocurrido en otros muchos ámbitos, ha sido derrumbado cual castillo de naipes con la llegada de la pandemia. Desde hace más de trece años, he vivido en una constante temporada bipolar: he pasado parte del año en un Polo y otra parte, en el otro. He realizado expediciones tanto científicas como deportivas en el Ártico y en la Antártida, y mi vida se ha acostumbrado a ese eterno vaivén, similar al del ave que realiza la migración más larga del planeta, el charrán —cuya vida transcurre entre los dos Polos, en un estado de éxodo constante—. Este año, mis viajes al extranjero se han suspendido y mi espacio de acción —como el de casi todos nosotros— se ha reducido al de nuestro país, nuestra Comunidad Autónoma o nuestro municipio. Mi fuente de ingresos —también al igual que la de muchísima gente— se ha secado de forma abrupta, como un manantial de verano.

El forzado sedentarismo se ha convertido en una de esas oportunidades para dar un paso a un lado y observar la situación con perspectiva, también ha servido para encontrar soluciones y nuevas posibilidades laborales y de exploración en un entorno confinado. Esta vez, la mirada se ha dirigido hacia otra parte de la Comunidad de Madrid —donde resido—, en un intento por conocer un elemento natural de nuestro paisaje que es de suma importancia y con respecto al cual, por algún motivo, vivimos de espaldas: el río. Imagino que muchos os preguntaréis qué tiene que ver esto con la labor del guía de montaña. Intentaré explicarlo.

Desde hace años, realizo viajes que combinan la escalada, el esquí, el alpinismo o el descenso de barrancos con el descenso de ríos. Para ello, empleo un tipo de kayak hinchable denominado *packraft*. El packraft fue creado en Estados Unidos con el objetivo de adentrarse en las montañas y en los glaciares de una de las zonas más salvajes e inaccesibles de nuestro planeta: Alaska. Con el paso de los años, esta embarcación minimalista se convirtió en una herramienta de exploración fundamental y ha servido para recorrer de una manera más pura o sostenible la Naturaleza de nuestro planeta. Gracias a ella, se puede acceder a paredes de roca y se pueden realizar descensos de nieve o ríos antes vírgenes y en los que depositar una piragua tradicional sería demasiado difícil —por su peso y tamaño—.

Junto a esta herramienta hinchable con aspecto de juguete de playa, me he dedicado —en compañía de un grupo de amigos— a recorrer los cursos fluviales de la Comunidad de Madrid. Hemos aprovechado una temporada de agua fuera de lo habitual, pues el paso de Filomena y las lluvias posteriores elevaron los caudales de los ríos, lagos y embalses hasta alcanzar niveles que llevaban tiempo sin ser vistos. Tras esta exploración geográfica de andar por casa —que, en ocasiones, me ha sorprendido más que una campaña antártica—, he podido diseñar varias actividades que combinan el trekking con la navegación. Se trata de una revisión del tradicional montañismo que permite disfrutar de un paisaje y un quehacer diferente dentro de la —a veces manida— Zona Centro.

Uno de los aspectos más difíciles de esta experiencia ha sido el de respetar la ley, ya que, al margen de las restricciones impuestas ante



Descendiendo el río Vjosa en Albania. / Fuente: Hilo Moreno.

la pandemia, existen aquellas elaboradas por la Confederación Hidrográfica de turno. Esta permite la navegación solo en determinadas zonas y circunstancias. En consecuencia, para conectar un descenso con otro, así como para realizar las entradas y salidas de los ríos sin cambiar de provincia y sin remar en tramos no permitidos, hemos tenido que estrujarnos los sesos y tirar de ingenio. De este modo, hemos recorrido espacios naturales de una riqueza que jamás hubiese imaginado. Estas actividades nos han permitido —partiendo desde el centro de la capital— remar junto a varias manadas de jabalíes —que nos seguían por la orilla—, levantar el vuelo de un búho real a nuestro paso, negociar zonas de rápidos o remar al pie de un conjunto declarado Patrimonio de la Humanidad. Todo ello, saliendo temprano de nuestras casas y regresando a ellas a media tarde. También hemos podido iniciar rutas en condiciones invernales de alta montaña que requerían que cargáramos el bote y los remos en la mochila ante las miradas extrañadas de los esquiadores presentes. El recorrido nos llevaba desde la

blancura invernal del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama al descenso de un río salvaje de montaña: la Comunidad de Madrid no ha dejado de maravillarnos; dudo que haya muchas capitales europeas en las que algo así sea posible.

Desde el punto de vista profesional, creo que se ha creado un tipo de producto diferente e interesante, sin demasiados requisitos técnicos y apto para un gran público: se trata de una mirada distinta proyectada hacia el clásico trekking. No sé qué quedará de todo esto cuando abran las fronteras y nuestra rutina vuelva a adquirir una cierta normalidad, pero estas semanas de actividad han servido para mantener encendida la llama de la exploración geográfica, además de suponer un apoyo económico para salir del paso o, al menos, para mantenerse a flote.



Recorriendo los tramos altos del río Jarama a su paso por la Comunidad de Madrid. / Fuente: Hilo Moreno.

3. DIVULGACIÓN

En paralelo a la búsqueda de nuevas posibilidades laborales que se ajustaran a las restricciones existentes a causa de la pandemia, he apostado por desarrollar la vía de la divulgación con un ciclo de conferencias sobre exploración y ciencia. Mediante este ciclo, hago un repaso de los más de diez años recorriendo las regiones polares de nuestro planeta y apoyando a diversos proyectos científicos. En un contexto de cambio climático como el actual, las competencias de nuestra profesión pueden ser claves para la asistencia en el estudio, y el guía de montaña se presenta como una figura importante en la lucha contra las amenazas medioambientales.

Las regiones polares constituyen un sensor extremadamente sensible y su estado es el indicador del deterioro medioambiental; son algo así como un termómetro que mide la salud de la Tierra. El ecosistema polar es frágil y reacciona ante cualquier impacto de manera más acusada que el resto del planeta; por ello, su estudio (y conservación) es primordial. El estado de la alta montaña en el resto de las latitudes también es un potente indicador de salud medioambiental. Nuestra profesión es testigo constante del cambio climático y nuestra responsabilidad frente al mismo es notable. No solo por la labor específica que se desarrolla codo con codo con el investigador, sino también por la capacidad que tenemos para señalarle las evidencias a todo aquel que nos acompañe.

Las competencias de nuestra profesión pueden ser claves para la asistencia en el estudio, y el guía de montaña se presenta como una figura importante en la lucha contra las amenazas medioambientales



Extrayendo testigos de hielo en Groenlandia. / Fuente: Hilo Moreno.

Algunos aspectos y capacidades propias de nuestro oficio, como la gestión del riesgo, la toma de decisiones o, en ocasiones, la coordinación de un equipo, se alinean más de lo esperado con los intereses del público en general. El alcance de estos temas —exploración, ciencia, cambio climático, aventura...— son de tremenda actualidad y existe un público amplio con ganas de conocerlos. La conferencia que estoy presentando actualmente lleva como título “Exploración y Ciencia en los Confines del mundo. Mi vida como guía polar”, y en ella se narra la experiencia de varias expediciones polares apoyando a investigadores, tanto en una base antártica como en un buque oceanográfico, o a bordo del trineo de viento. Con este vehículo pionero desarrollado en España, que produce cero emisiones y que funciona impulsado por una gran cometa, hemos recorrido miles de kilómetros en la Antártida y en Groenlandia, explorando regiones desconocidas y tomando datos y muestras. Ahora que el trineo está parado, toca difundir su mensaje de sostenibilidad y subrayar la importancia de nuestro papel en un ecosistema que agoniza.



El trineo de viento durante la expedición Antártida Inexplorada 2018/2019. / Fuente: Hilo Moreno.

En realidad, la conferencia anteriormente mencionada no es más que un recorrido audiovisual por mi trayectoria laboral como guía en un entorno atípico y que difiere de aquel que es frecuentado por el guía de montaña tradicional. Es, al mismo tiempo, una demostración del alcance de las competencias que nuestro oficio posee y de sus posibilidades, que son tan amplias como nuestra imaginación.

4. REFERENCIAS.

Gómez, Paco e Hilo Moreno. 2020. *Volverás a la Antártida*. Madrid: Fracaso Books.

Moreno, Hilo. 2021. “Packrafting Madrid”. *Oxígeno* [publicado próximamente].

Moreno, Hilo. 2021. “Expedición Trineo de Viento”. *Oxígeno*, Especial Sostenibilidad 3.

LO QUE EL BOSQUE NOS CUENTA

JUAN JOSÉ ARGUISJUELA CASTROVIEJO. Técnico Deportivo en Media Montaña y Guía Acompañante de Montaña UIMLA.

En estos aciagos tiempos que corren —quizá ahora más que nunca— las personas comenzamos a valorar el bosque y el medio natural en sí, empezamos a apreciarlo no solo en función de las consabidas materias primas que tendemos a consumir o de sus imprescindibles servicios ecosistémicos; tal vez, lo que se desea y se busca hoy es entablar una suerte de relación más íntima y profunda con la Tierra, alcanzar una conexión espiritual, sufrir una revelación o lograr un sentimiento de acogida mutua. Es difícil de definir mediante palabras, pues cada uno lo experimenta y siente a su manera, dependiendo de los niveles personales de percepción o de motivación. De lo que no cabe duda es de que la sensación de bienestar generalizado que nos aporta el bosque resulta, cuando menos, estimulante y positiva. Pasear bajo los árboles nos sana, nos inspira y reconforta nuestro alma. *Shinrin-yoku*, baños o terapias de bosque: así se denomina esta nueva forma de interactuar con la naturaleza, originaria de Japón. Se trata de una corriente —por no decir moda— que no deja de crecer en adeptos, en diversidad de técnicas y en publicaciones de toda índole a nivel mundial. Incluso existe una formación específica certificada a través del Forest Therapy Institute y avalada por contrastados estudios y profesionales de la medicina. ¿Acaso hay alguien no haya podido disfrutar de un reconfortante baño de bosque tras meses de confinamiento e incertidumbre existencial?

La especial coyuntura vivida está propiciando un aumento del interés social por salir a descubrir lo que ocurre en el bosque. Se ha desarrollado una mayor atención con respecto a cómo funciona o por qué nos anima, cautiva o serena indistintamente. El desconocimiento, las masificaciones, las prisas, la ansiedad o las malas vibraciones provocadas por la crisis del momento no son buenas consejeras cuando lo que se pretende es visitar la naturaleza con el fin de poder liberarnos de la privación de movimiento, del estrés o de la rutina cotidiana. De ahí, lo importante de saber sintonizar, de saber afinar todos los sentidos,

de procurar aprender para, así, comprender mejor y respetar, consecuentemente, el frágil entorno que nos rodea. La dimensión pedagógica o didáctica asociada al entorno boscoso también es indispensable; y, sobre esto, nuestros bosques tienen mucho que contar.



Un bosque sano y bien conservado invita a conocerlo, a caminarlo y a experimentarlo, en soledad o en compañía, con todos los sentidos. Monte Santiago, Burgos. / Fuente: Silvestres Ezcaray.

1. UN ENTORNO PRIVILEGIADO

Los resultados de los Inventarios Forestales Nacionales reflejan que la mitad del territorio español es forestal: unos quince millones de hectáreas (un tercio) se hallan poblados por árboles, componiendo bosques de diferente tipología y extensión. Esto se debe tanto a factores geoclimáticos, como históricos y socioculturales. Su diversidad en especies, estructuras y paisajes es apabullante y no tiene igual dentro del ámbito europeo. Somos afortunados: ante nosotros, como profesionales intérpretes del medio natural, se abre un universo de oportunidades enfocadas al ocio, al ecoturismo, a la educación ambiental, a fomentar la sostenibilidad o a emplear la fitoterapia frente a la pandemia. En nuestras manos está la capacidad de orientar el agitado regreso a la madre naturaleza que tanto aclama un creciente sector de la ciudadanía, persuadido por la sensibilidad y el sosiego que, entre otras cosas, despierta la llamada del bosque. Contemplemos pues algunas posibilidades.



La diversidad de bosques y estructuras forestales que existen en la Península Ibérica es una de las más ricas del continente europeo. Parque Natural de Las Batuecas-Sierra de Francia. / Fuente: Silvestres Ezcaray.

**En nuestra geografía,
queda representada la
práctica totalidad de
los biomas naturales
del planeta**

3. ESCUCHAR EL BOSQUE

Agudizar el sentido del oído nos sirve para comprender que cada bosque produce sus propios sonidos. Algunos de ellos son familiares, mientras que la extrema sutileza de otros va a requerir que tengamos que estar mucho más preparados si queremos detectarlos o distinguirlos *in situ*, por lo que se recomienda parar, esperar y atender en silencio. La algarabía que orquestan las aves es un deleite al comienzo de la primavera, el rumor de los riachuelos precipitándose por los barrancos, el zumbido de los insectos, las tormentas, la lluvia o el simple soplo del viento cimbreando troncos y ramajes... ¿Y qué decir del silencio que se impone cuando una niebla densa engulle el arbolado? Para todo esto, aconsejo consultar *Viaje visual y sonoro por los bosques de España*, de Carlos de Hita, pues nos ofrece todo un recital de paisaje acústico y de embriagadores sonidos ambientales emitidos desde algunas de las reservas forestales más relevantes del país.

2. VISUALIZAR EL BOSQUE

La Península Ibérica se encuentra ubicada en latitudes medias. Sin embargo, en nuestra geografía, queda representada la práctica totalidad de los biomas naturales del planeta. Desde las tundras alpinas, hasta las estepas y desiertos, pasando por un heterogéneo mosaico forestal en el que se combinan originales taigas de altura, pseudoselvas relictas, bosques mediterráneos y bosques mixtos de caducifolios... A nivel visual o panorámico, el bosque templado de frondosas posiblemente sea uno de los escenarios forestales que más reluce, favorecido por todo el juego de colores, texturas, formas, componentes y cambios que experimenta a lo largo del ciclo estacional. Cualquier robledal, hayedo o bosque mixto nos ofrece cuatro fases o secuencias distintas a través de las cuales poder fantasear, explorando un entorno dinámico, interactivo y en permanente cambio. David George Haskell, autor del prestigioso ensayo titulado *En un metro de bosque*, describe las minuciosas transformaciones registradas durante todo un año en una parcela de bosque virgen en los Apalaches de Tennessee con resultados abrumadores.



El foliage o caída de la hoja otoñal es uno de los grandes espectáculos que ofrece el bosque mixto templado. Fotografía de paisajes otoñales en la Sierra de La Demanda, La Rioja. / Fuente: Silvestres Ezcaray.

4. OLER Y DEGUSTAR EL BOSQUE

¿Puede el bosque saborearse de alguna manera? Claro que sí. Nuestro olfato y nuestro gusto están estrechamente relacionados el uno con el otro. En el cerebro, es donde se recombinan los estímulos para que los sabores puedan ser reconocidos y apreciados a través de la nariz. La infinidad de aromas, matices, notas, fragancias, efluvios o hedores que emanan desde el interior de la floresta supone uno de sus rasgos más patentes e inequívocos: un conjunto de obvios bioindicadores de pureza y salubridad ambiental y que, muchas veces, consiguen evocar en nosotros mismos emotivas vivencias y recuerdos.

El microclima de frescor forestal, favorecido por la espesura, por los musgos y por helechos o por la saturación atmosférica propiciada por una corriente de agua, es algo que se agradece y perciben todas y cada una de las terminaciones nerviosas de nuestro cuerpo. Por su parte, los variopintos aromas y sabores que ofrecen los hongos silvestres son asombrosos: picantes, afrutados, harinosos, anisados, a rábano, a patata cruda, a ajo, a miel, a lejía, a carne en descomposición... Probar una exquisita seta comestible es alimentarse de la savia que previamente ha fluido desde lo alto de la copa de un árbol. Lo mismo ocurre con las fragancias florales y las dulces mieles que se fabrican con ellas. Nutritivas cosechas de frutos rojos o secos. Multitud de hierbas condimentarias y aromáticas empleadas en preparados medicinales, esencia a tierra, a humus, a madera enmohecida, a petricor tras el paso de un aguacero estival... El forestalista, y también guía de montaña, Eric Brisbane, en su libro *Un baño de bosque*, nos orienta sobre cómo vivir un paseo por la espesura experimentando con los cinco sentidos.



El relajante canto de las aves forestales durante un paseo bajo el bosque es otro de los ingredientes que dulcifican cualquier excursión primaveral. Herrerillo común. / Fuente: Silvestres Ezcaray.



Las setas y los hongos aportan una gran cantidad de matices en cuanto a formas, colores, sabores y aromas, constituyendo uno de los elementos más representativos del ecosistema forestal. / Fuente: Silvestres Ezcaray.

5. TOCAR EL BOSQUE

Caminar sobre una mullida cama de hojas, palpar la corteza de las distintas especies arbóreas, acariciar la textura de la rocas, empaparse con el rocío impregnado en las briznas de hierba, gozar del calor que desprende una confortable fogata nocturna, notar el frío de una helada vespertina, la humedad de la umbría, la aridez de la solana... Todo implica diferentes maneras de sentir el bosque por medio de la piel, por medio del tacto.

Actualmente, así se percibe bajo un contexto esencialmente organoléptico y recreativo, pero, ¿somos conscientes de que, antes, el bosque se tocaba de otra manera? Afinando la mirada, encontramos signos y reminiscencias por todos sus rincones. Son los rastros de un sistema agrario tradicional en vías de extinción, vinculado a una economía rural de subsistencia en la que el bosque y sus árboles se consideraban recursos necesarios para sobrellevar el día a día en la mayor parte de comarcas, pueblos y aldeas peninsulares. A todo esto va ligada la existencia de un viejo paisaje antropizado, que se embosca como consecuencia de la emigración y del abandono: a menudo, aparecen en el camino arruinados vestigios de carboneras, restos de explotaciones mineras y ferrerías, neveros, caleros, acequias y toda clase de construcciones hidráulicas,

chorcos loberos, infraestructuras ganaderas —dehesas, cabañas, tenadas, majadas, bordas, apriscos, muros, cañadas, senderos—. Todo esto no es sino la huella clarividente de cómo nuestros antepasados modelaron el excelso patrimonio paisajístico y forestal que ha llegado hasta nuestros días. De ello, nos habla a las mil maravillas en sus publicaciones etnográficas Ignacio Abella. *La memoria del paisaje* recoge todo un compendio de usos, formas de manejo y otros aspectos culturales relacionados con el aprovechamiento secular de los bosques, lo que nos permite descifrar muchos de los elementos que vemos y estimamos ahora.

Tras esta breve introspección forestal, identificados algunos de sus muchos alicientes, improntas, trayectorias, bioindicadores o recursos, ya podemos entender y confeccionarnos una somera idea de por qué todavía somos y formamos parte del bosque.

A todo esto va ligada la existencia de un viejo paisaje antropizado, que se embosca como consecuencia de la emigración y del abandono



Antaño, el bosque fue explotado de forma intensiva. Curiosos restos de infraestructuras y usos de todo tipo aparecen diseminados por los montes. Antigua nevera en el interior de un hayedo de los Montes de Suso, La Rioja. / Fuente: Silvestres Ezcaray.

6. REFERENCIAS

Abella, Ignacio. 2016. *La memoria del paisaje*. Bilbao: Libros del Jata.

Brisbare, Eric. 2018. *Un baño de bosque*. Madrid: Alianza.

De Hita, Carlos. 2019. *Los sonidos del bosque*. Madrid: Grupo Anaya.

Haskell, David George. 2014. *En un metro de bosque*. Madrid: Turner Noema.

ROCÓDROMO: LA IMPORTANCIA DEL PORTEO EN BLOQUE

JOAQUÍN COLORADO SIERRA. Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña, guía UIAGM.

El término *portear* hace referencia al acto de transportar una carga pesada, y es una palabra que también utilizamos en escalada, pero esta vez, con el significado de *proteger, ayudar o cuidar*. Se trata de una práctica basada en asistir al prójimo, que está escalando sin cuerda. Pero, por desgracia, la falta de porteo constituye, en los rocódromos, la mayor carencia actitudinal que puede observarse al analizar los hábitos de sus usuarios.

La falta de porteo constituye, en los rocódromos, la mayor carencia actitudinal que puede observarse al analizar los hábitos de sus usuarios

1. SIN LA CUERDA: ERRORES EN EL BLOQUE

Resulta obvio que, sin cuerda y cerca del suelo, la variabilidad de errores en escalada se reduce mucho. Tanto es así, que los errores en bloque no se encuentran entre las tres primeras causas más habituales de accidente en un rocódromo. Pero no debemos olvidar que, en estas instalaciones, los usuarios pasan mucho más tiempo entrenando de esta forma. ¿El resultado? Sí, es verdad: cuando no hay cuerda, los riesgos disminuyen, pero también es cierto que aumenta el número de ocasiones en las que se repiten determinadas situaciones que podrían dar lugar a algún incidente o accidente. Ello constituye una muestra más que nos indica que la probabilidad de sufrir un accidente por hacer algo en concreto no depende tanto de la naturaleza o de la dificultad de ese “algo”, como de la frecuencia con la que lo realizamos.

Por muy buenas que sean las colchonetas u otros sistemas pasivos de protección, los dispositivos no son infalibles. El porteo constituye un recurso preventivo de seguridad hacia el escalador, bien cuando este no dispone de otro medio de protección, o bien cuando el medio de protección no es suficiente. El objetivo del porteo es estabilizar la llegada del escalador al suelo —al caer, o al saltar voluntariamente (aunque se haga de forma controlada)—. Portear no consiste en sujetar o retener al escalador, sino en acompañar su movimiento para que aterrice de forma segura.

El porteo se utiliza en bloque natural, además del colchón; se utiliza en escalada deportiva, para proteger el tramo que va desde el suelo hasta el primer anclaje; y se debe utilizar SIEMPRE en rocódromo cuando se practica bloque. No hay que esperar a que el escalador se encuentre en apuros o se caiga. El porteo también debe realizarse para acompañar el salto final de un escalador que ha encadenado su problema. Es decir, que no es correcta la costumbre de portear solo cuando uno piensa que el compañero se va a caer, ya que, si la caída es inesperada, no nos va a dar tiempo a ofrecer una buena protección; y si lo que ocurre es que el escalador se tira desde muy arriba tras haber encadenado, un pequeño porteo siempre puede evitar una torcedura tonta. En cualquier caso, el salto voluntario no debe realizarse desde una gran altura. Es preferible destrepar un poco antes de afrontar el brinco final.

Finalmente, cabe señalar que otro de los beneficios asociados a la costumbre de portear es que funciona como señal de alerta y disuade a todas aquellas personas que se mantienen ociosas sobre la colchoneta o el suelo: si ven cerca a otro usuario en posición de portear —y se dan cuenta del peligro que supone que alguien se les caiga encima—, entienden que en esa zona —durante ese momento— no deben permanecer.

2. TÉCNICA DE PORTEO

Portear no significa tan solo estirar los brazos y apuntar hacia el que escala: requiere de una técnica bien depurada, aprendida y practicada de la mano de un profesor especializado. La importancia del papel de quien portea es la misma que la de quien asegura en una vía. Si asegurar con cuerda es una tarea que solicita toda nuestra atención, portear adecuadamente también exige la máxima concentración a fin de actuar de forma rápida y eficaz ante cualquier imprevisto. Esta será muchas veces la diferencia entre ahorrarle o no al escalador una lesión.

El objetivo consiste en recibir al escalador que cae apoyando el porteador sus manos sobre la zona dorsal de la espalda de aquel, para acompañar su trayectoria, y con el fin de estabilizar su llegada al suelo. Para ello, se deben seguir las siguientes pautas:

- **Postura “en guardia”:** sin contacto físico con el escalador, y con una separación de entre uno y dos metros con respecto a él; todas las articulaciones del cuerpo deben estar en ligera flexión —para amortiguar la recepción—; un pie lo adelantamos y el otro lo desplazamos hacia atrás —para evitar desequilibrios o para pivotar y no ser arrastrados—.
- **Manos:** ligeramente arqueadas y con todos los dedos juntos, incluidos los pulgares. Las palmas apuntan a la espalda baja del escalador —así, si se produce la caída, hay margen para que las manos puedan seguir haciéndose cargo de la espalda en su zona dorsal—.
- **Posición:** no siempre la dirección de la caída será la vertical del escalador —ya sea por el efecto de puerta, o a causa de un movimiento dinámico, o debido a una salida en campus...—. Esto significa que el porteador debe intuir en cada movimiento la posible dirección de la caída y debe posicionarse en consecuencia. No está de más que, en determinados casos, haya dos personas porteador a un solo escalador desde distintas posiciones.
- **Concentración:** la persona que portea debe estar más pendiente de portear que de los movimientos del bloque, ya que lo segundo le obligará a elevar demasiado la mirada y a perder el control sobre el escalador en caso de caída inesperada.



Es necesario insistir en que se trata de acompañar el movimiento del escalador que cae. Dicho de otro modo: si se ejerce sobre la espalda del escalador un gesto demasiado enérgico a la hora de llevar a cabo su recepción, ¡se puede incurrir en el error de proyectarlo contra el propio muro!

El escalador hace una puerta imprevista hacia su derecha y cae de lado y con una mala postura: este tipo de caídas laterales son muy peligrosas debido a la excesiva palanca que se puede generar sobre rodilla, tibia y peroné al tocar la colchoneta. Un mínimo porteo puede dejarlo todo en un susto. / Fuente: Darío Rodríguez.

3. LA NECESIDAD DE PORTEAR Y DE DEJARSE PORTEAR

Una escaladora salta desde una altura de apenas dos metros; la colchoneta que la protege recoge, primero, sus pies, a continuación, su trasero, y, por último, su brazo derecho: luxación de codo. Tres compañeros la observaban mientras ella escalaba y caía, y ninguno hizo nada por asegurarla. Este supone un ejemplo ilustrativo que justifica la presencia —siempre— de alguien que portee; a poco que uno de los tres compañeros hubiera hecho algo en este sentido, la luxación de codo se habría evitado.

**Saber que alguien
nos portea es
una garantía de
seguridad**

Por otra parte, hay escaladores que ejecutan un mal reflejo, lo que impide que sean porteados convenientemente cuando caen: se dan la vuelta en el aire, con riesgo de golpear a quien los portea, y sin que el porteador pueda recibirlos de forma apropiada. Se observa en algunos escaladores cierta tendencia consciente a girarse para caer mirando hacia el lado contrario al muro. Debemos saber que es preferible —incluso si no estamos siendo porteados— caer de espaldas al suelo y rodar hacia atrás, pues impactar contra el firme estando medio volteados puede provocar una palanca peligrosa sobre rodilla, tibia y peroné.

Al practicar la modalidad deportiva, se debe escalar con la tranquilidad de saber que estamos siendo asegurados por alguien que, en caso de necesidad, va a actuar correctamente, y lo mismo debe suceder cuando hacemos bloque en el rocódromo: saber que alguien nos portea es una garantía de seguridad.

4. REFERENCIAS

Colorado, Joaquín. 2021. *Cómo escalar y entrenar en rocódromo*. Madrid: Ediciones Desnivel.

Colorado, Joaquín. 2014. *Errores en Escalada: clásica-deportiva-rocódromo*. Madrid: Ediciones Desnivel.

ABRIR HUELLA EN LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA Y CONVIVIR CON EL MAL DENOMINADO INTRUSISMO

FERNANDO SIERRA FERNÁNDEZ. Abogado y Técnico Deportivo en Media Montaña UIMLA.

El Comité Jurídico de la AEGM se creó en 2019 con el objetivo de proporcionar un servicio de asesoramiento legal básico a los miembros de la Asociación y de prestar apoyo a la Junta Directiva en todos los asuntos en los que sea necesario contar con asistencia de este tipo.

En estos dos años de vida, son ya muchas las consultas jurídicas planteadas por los socios a las que se ha dado respuesta y los trabajos que se han realizado para la defensa y mejora de los derechos e intereses de los guías de montaña —de los cuales se ha venido informando regularmente—.

1. TRABAJOS DE LA AEGM CON LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

Muchos de estos trabajos tienen como interlocutora directa o destinataria de nuestras peticiones a la Administración Pública. Cabe citar, a modo de ejemplo, la solicitud de un epígrafe específico en el IAE para los guías de montaña ante el Ministerio de Hacienda, la solicitud de una acreditación para los guías de la AEGM en Parques Nacionales o las alegaciones a nuevos proyectos de decretos de turismo activo de diversas Comunidades Autónomas.

Todos ellos tienen un denominador común: son procesos lentos y complejos debido al número de diferentes órganos administrativos implicados. Son trabajos que exigen muchos escritos, alegaciones, correos electrónicos y reuniones con distintas personas de la Administración. Son trabajos que, *a priori*, podrían parecer sencillos para el lego en la materia, pero no lo son, pues es complicado conseguir que la Administración modifique determinadas normas y que personas de diversos organismos oficiales se pongan de acuerdo. En fin, son trabajos de abrir huella. El avance es lento y costoso; pero, si tenemos claro nuestro objetivo y somos pacientes y perseverantes, podemos llegar a conseguirlo.

Otro tema que nos afecta —y en el que han trabajado las sucesivas Juntas Directiva de la AEGM— es el intrusismo

Por poner un ejemplo, el trabajo para conseguir un epígrafe propio en el IAE se inició el año pasado. Hemos presentado varios escritos a la Ministra de Hacienda y a la Secretaría de Estado de Hacienda. Desde el año pasado, hemos tenido múltiples contactos con la Secretaría de Estado de Hacienda, con la Dirección General de Tributos y con el Vocal Asesor del Gabinete de la Secretaría de Estado de Hacienda —con el que, en particular, hemos mantenido varias conversaciones telefónicas—. Desde luego, en Hacienda ya saben qué es la AEGM y cuál es el trabajo de los guías de montaña. Falta plasmarlo en la consecución de nuestro objetivo para que pueda incluirse en la próxima modificación que se haga de la normativa que recoge los epígrafes.

Se trata, por tanto, de un trabajo de fondo. Desde fuera, podría parecer que no hemos conseguido nada, pero en realidad hemos avanzado bastante. Sin toda la trayectoria consolidada en relación a este asunto, sería imposible conseguir el epígrafe a corto plazo. Nuestro deseo es poder daros la buena noticia en 2021, poder informaros de que, al fin, hemos conseguido un epígrafe específico en el IAE para los guías de montaña.

El Comité Jurídico seguirá la senda iniciada en 2019 y, con los recursos de los que disponemos, seguirá tratando de abrir huella en los distintos trabajos que tenemos en curso y que, a buen seguro, también tendremos en el futuro frente a la Administración. Sabemos que no es sencillo progresar pisando nieve intacta, pero con trabajo, paciencia y perseverancia —y demostrando a las Administraciones Públicas que la AEGM es un colectivo de profesionales serio y riguroso—, seguiremos avanzando.

2. CONVIVENCIA CON EL MAL DENOMINADO INTRUSISMO (VISIÓN DE FUTURO)

Otro tema que nos afecta —y en el que han trabajado las sucesivas Juntas Directiva de la AEGM— es el intrusismo. Se reciben algunas consultas al respecto y es una cuestión que se ha tratado en las Asambleas. También se han escrito algunos buenos artículos vinculados a esta problemática en números anteriores del *Boletín* de la AEGM¹. Hace ya años, en Asamblea, se decidió que la AEGM apoyaría a los socios que denunciaran actos de intrusismo. No obstante, y sin perjuicio de lo anterior, debemos tener claro que no todo es intrusismo. El intrusismo es el ejercicio de una actividad profesional por parte de una persona que no tiene ni la capacitación ni la titulación para ello. Ahora bien, debemos tener en cuenta que, actualmente, existen catorce decretos autonómicos que regulan el turismo activo y que otorgan competencias a distintas titulaciones: además de los Técnicos Deportivos de montaña en sus grados Medio y Superior, tienen competencias específicas reconocidas los Técnicos en Guía en el Medio Natural y de Tiempo Libre.

Es decir, desde el punto de vista legal, una persona que cuente con la titulación de Técnico en Guía en el Medio Natural y de Tiempo Libre en Aragón y se encuentre realizando una actividad de media montaña, está desempeñando una labor para la que la normativa autonómica la habilita. En consecuencia, esa persona no está incurriendo en intrusismo técnicamente.

Es cierto que nuestra titulación como Técnicos Deportivos —de grado Medio o Superior— es la más completa y cuenta con una mayor carga horaria, siendo la única titulación en España que permite conseguir la acreditación internacional UIAGM o UIMLA. Pero debemos aprender a convivir con la existencia de otras titulaciones que la normativa contempla como válidas para poder guiar en montaña. Esto no es exclusivo de nuestra profesión: hay muchas más profesiones en la misma situación. Por ejemplo, un servicio de asesoramiento fiscal lo puede prestar un abogado fiscalista, un economista o una persona sin formación académica específica, como ocurre en algunas gestorías. De ello se deriva la existencia de precios tan dispares, porque la calidad del servicio contratado es muy distinta. ¿Alguien puede pensar que por un precio mensual reducido puede recibir un asesoramiento fiscal de primer nivel? No lo creo, pero hay que entender que no todos los clientes tienen las mismas necesidades ni la misma capacidad económica. Y cuando la cosa se complica, el cliente es consciente de que necesita acudir a un profesional más cualificado.

Esto mismo ocurre con la profesión del guía de montaña. No tienen nada que ver las tarifas de un guía de la AEGM con las tarifas reducidas que vemos que ofertan personas con otras titulaciones contempladas por las normativas de turismo activo de las Comunidades Autónomas. Al poder elegir entre profesionales con distintas titulaciones y precios, es el cliente el que tiene la última palabra. Y no olvidemos que la renta per cápita en España dista mucho de la de Francia, Suiza o Alemania². Es decir, a mayor renta disponible, más posibilidades de contratar los servicios de un buen profesional. Y cuando el cliente quiere hacer una actividad de mayor envergadura, es, por lo general, consciente de que no le vale cualquier guía y de que merece la pena ahorrar para afrontar ese proyecto con mayores posibilidades de éxito.

Cuando un cliente ve la calidad en el servicio, entiende la diferencia en el precio y comprende que compensa pagar más. Ocurre en todos los ámbitos: cuando vamos a un dentista, al mercado, a un restaurante o si uno quiere contratar a un guía de montaña. En todas las profesiones, los mejores cobran más. Debemos, por tanto, centrarnos en prestar un servicio excelente que nos diferencie de la competencia y, por supuesto, si conocemos a personas que trabajan como guías sin tener ninguna de las titulaciones exigidas por la

¹ Artículo de Julián Fernández Calvillo en el *Boletín* AEGM nº 34.

² <https://www.imf.org/external/datamapper/NGDPDPC@WEO/OEMDC/ADVEC/WEOWORLD/USA/ESP>

normativa, debemos denunciar. Eso sí es intrusismo, y hay que tratar de atajarlo con todos los medios legales a nuestro alcance.

Para finalizar, cabe señalar que una prueba de que los guías de la AEGM somos referencia de calidad y prestigio son los casos que hemos detectado de personas que, sin ser de la AEGM, utilizaban nuestro logo en su publicidad o redes sociales para conseguir clientes. Ante dicha situación, tuvimos que velar por el buen uso de nuestra marca y logo y acabar con esas prácticas.

En definitiva, está en nuestras manos el prestar el mejor servicio y diferenciarnos como un referente de calidad, seriedad y profesionalidad en las actividades guiadas de montaña. Debemos ser conscientes de que vamos a convivir con profesionales que tienen otras titulaciones y que ofertan servicios como los nuestros de manera legal —igual que ocurre en muchos otros sectores— y que va a existir una variedad de oferta en el mercado: es el cliente el que va a tener que elegir. Muchos de esos clientes quieren y querrán contratar a los mejores para poder lograr su objetivo. Y es ahí donde deben estar los guías de la AEGM.

ACERCA DE LA COMISIÓN TÉCNICA DE ALTA MONTAÑA

DAVID LOMBAS FOULETIER. Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña y Técnico Deportivo en Barrancos, encargado de la Comisión Técnica de Alta Montaña y Barrancos de la AEGM.

Este año, se cumple el quinto aniversario desde la implantación de la EPC (Tarjeta Profesional Europea). Por ello, está prevista una reunión el día 29 de junio en Chamonix. El objetivo es identificar y resolver las dificultades de movilidad laboral y mejorar el funcionamiento de la EPC.

Por otro lado, la Asamblea de la UIAGM del presente año —prevista para los días comprendidos entre el 26 y el 28 de mayo, en Eslovaquia— ha sido pospuesta a causa de la situación sanitaria. El día 28, está convocada una reunión telemática entre los países miembros de la Plataforma Internacional, y se pretende organizar una Asamblea presencial para noviembre de 2021 en Chamonix, si la situación lo permite.

ACERCA DE LA COMISIÓN TÉCNICA DE BARRANCOS

DAVID LOMBAS FOULETIER. Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña y Técnico Deportivo en Barrancos, encargado de la Comisión Técnica de Alta Montaña y Barrancos de la AEGM.

Se prevé la existencia de una futura plataforma internacional de barrancos.

Con vistas a la creación de una Asociación Internacional de Barrancos —y continuando con el trabajo que hasta la fecha se ha venido desarrollando para alcanzar dicho fin—, el pasado mes de febrero, estaba prevista una reunión con la CPCP (reunión intersindical de profesionales de barrancos franceses) que tendría que haberse convocado después de la asamblea de los colegas galos. Al no realizar ellos su encuentro anual, hemos pospuesto esta reunión y nos mantenemos a la espera de que los compañeros del país vecino puedan celebrar su asamblea y, así, logremos retomar el trabajo conjunto. Desde la AEGM, hemos seguido elaborando propuestas para los estatutos y para la creación de un estándar, y hemos avanzado a pesar de las dificultades.

TARIFAS PROFESIONALES DE REFERENCIA DE LA AEGM (2020)

MIGUEL GARCÍA FERNÁNDEZ-MIRANDA. Técnico Deportivo en Media Montaña.

Tras la realización de un estudio comparativo entre las tarifas profesionales vinculadas al guiaje en montaña en los principales países del arco alpino (Francia, Austria, Alemania, Suiza, Italia y Eslovenia) y España, se han definido unas cifras de referencia para el sector en nuestro país.

La tabla que se facilita a continuación contiene dichas cifras y detalla las tarifas profesionales orientativas para el ejercicio laboral como guía. Entiéndase que estas tarifas son una recomendación de la AEGM para los guías —son una referencia, no una prescripción de obligado cumplimiento—. Serán el guía y el contratante quienes ajustarán la tarifa en cada caso, ya que cada trabajo está sujeto a unas condiciones particulares. La tabla queda dividida según las diferentes especialidades profesionales (Alta Montaña, Media Montaña, Barrancos y Escalada), y según las tres modalidades de contratación que nos podemos encontrar (clases A, B, y C):

CLASE A				
	ALTA M.	MEDIA M.	BARRANCOS	ESCALADA
Recomendación	270,00 €	170,00 €	190,00 €	230,00 €
CLASE B				
	ALTA M.	MEDIA M.	BARRANCOS	ESCALADA
Recomendación	216,00 €	136,00 €	152,00 €	184,00 €
CLASE C				
	ALTA M.	MEDIA M.	BARRANCOS	ESCALADA
Recomendación	162,00 €	102,00 €	114,00 €	138,00 €

Tabla de tarifas profesionales de referencia. / Fuente: Miguel García Fernández-Miranda.

CLASE A: Guía independiente que factura al destinatario final del producto. Es el guía autónomo que contrata directamente sus servicios con el consumidor final.

CLASE B: Guía independiente que factura a una empresa que ofrece el producto al destinatario final. Es el guía autónomo que contrata sus servicios con una empresa, la cual actúa como intermediaria frente al consumidor final.

CLASE C: Guía contratado por cuenta ajena en una empresa. Es el guía asalariado, con nómina.

Los valores de la tabla aluden a la actividad estándar de cada especialidad. Son el precio final a recibir de un único cliente por una jornada de trabajo. Las cotizaciones llevan incluidos todos los impuestos correspondientes a cada clase. Las actividades especiales, cursos o programas “a la carta” son valorados por cada guía en función de su naturaleza.

CALENDARIO DE RECICLAJES 2021

JOAQUÍN ÁLVAREZ SÁNCHEZ. Técnico Deportivo en Alta Montaña y Escalada, tesorero de la AEGM.

Como es norma en la AEGM, durante el primer trimestre de cada año —y tras el esfuerzo llevado a cabo desde coordinación y con los distintos colaboradores— se han puesto a disposición del socio las fechas con los reciclajes previstos para el año 2021.

En esta ocasión, ofrecemos dos tipos de reciclajes: los tradicionales y otros con un formato innovador. El primero es el formato tradicional de puesta a punto y renovación de conocimientos de cada especialidad. Para el ejercicio 2021, hemos añadido alguno novedoso con el objetivo de adaptarnos al nuevo decreto 702/2019 del 29 de noviembre. El segundo tipo de reciclajes, inéditos hasta el momento en la AEGM, tiene como objetivo la preparación de las pruebas de acceso de los Técnicos Deportivos en Escalada, Barrancos, Media Montaña y Alta Montaña.

Hemos creado estos reciclajes con la idea de facilitar a los socios de la AEGM el acceso a todas las especialidades de Técnico Deportivo. Entendemos la polivalencia como una fortaleza. Ello nos hará encajar más fácilmente en la estacionalidad de nuestro sector. Con esta iniciativa, queremos fomentar y ayudar a los socios que lleven cinco o más años en la AEGM a presentarse a las pruebas de acceso de todas las titulaciones.

A modo de recordatorio, hay que comentar que, tal y como anunciamos en la circular (Comunicado AEGM de 20 de abril de 2020), las cuotas de los reciclajes han bajado de los habituales 75€ a 50€ en todas las modalidades. Y las cuotas de socio han bajado de 100€ a 75€.

- Los socios con credencial UIAGM han abonado 100€ en concepto: cuota de socio + UIAGM.
- Los socios con credencial UIMLA han abonado 83,50€ en concepto: cuota de socio + UIMLA.
- Los socios sin acreditación internacional han abonado 75€ en concepto: cuota de socio.

Como en todo el año 2020, os tendremos informados en tiempo y forma de las posibles decisiones derivadas de la situación causada por la pandemia de Covid-19, cuyo fin —y en virtud del anuncio de la vacuna— deseamos para este año 2021. Ojalá podamos dejar atrás esta situación y volver a nuestra normalidad laboral con certidumbre e ilusión.

Curso de previsión del tiempo:

Formato online / tres reciclajes independientes.

Reciclaje 1: 27 y 28 de enero.

Reciclaje 2: 24, 26 y 27 de mayo.

Reciclaje 3: 21, 22 y 23 de septiembre.

Profesorado: Joaquín Colorado.

Precio: 50€.

Valido para todas las especialidades de Técnico Deportivo.

Válido para UIMLA y UIAGM.

Curso de nivología:

Lugar: Benasque.

Fecha: 2, 3 y 4 de marzo.

Profesorado: Luis Pantoja.

Precio: 50€.

Valido para las especialidades de Técnico Deportivo en Media Montaña, Alta Montaña y Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña.

Válido para UIAGM y UIMLA.

Curso de técnica y seguridad en esquí:

Lugar: Cerler.

Fecha: 11, 12 y 13 de enero.

Profesorado: Sergi Gasa.

Precio: 50€.

Valido para las especialidades de Técnico Deportivo y Técnico Deportivo Superior en Alta Montaña.

Válido para UIAGM.

Curso de marcha nórdica:

Lugar: Granada (Sierra de Huétor).

Fecha: 16 y 17 de marzo.

Profesorado: Martín Eguaras.

Precio: 50€.

Valido para la especialidad de Técnico Deportivo en Media Montaña.

Válido para UIMLA.

Curso de primeros auxilios:

Lugar: Granada / Madrid. Dos reciclajes independientes.

Fecha Madrid: 20 y 21 de abril.

Fecha Granada: 10 y 11 de noviembre

Profesorado: Manuel San Segundo.

Precio: 50€.

Valido para todas las especialidades de Técnico Deportivo.

Válido para UIMLA y UIAGM.

Conducción en barrancos:

Lugar: Asturias.

Fecha: 31 de mayo y 1 de junio.

Profesorado: Jorge Núñez.

Precio: 50€.

Valido para la especialidad de Técnico Deportivo en Barrancos.

Conducción en vías ferratas:

Lugar: Valle de Tena.

Fecha: 4 y 5 de mayo.

Profesorado: Fernando Errekalde.

Precio: 50€.

Valido para las especialidades de Técnico Deportivo en Barrancos, Escalada y Alta Montaña.

Curso de liderazgo:

Lugar: Cataluña.

Fechas: por determinar.

Profesorado: Valentín Giro.

Precio: 50€.

Valido para todas las especialidades de Técnico Deportivo.

Curso de route setting:

Lugar: Madrid (rocódromo Sputnik).

Fecha: 7 y 8 de octubre.

Profesorado: Guillermo Burba.

Precio: 50€.

Valido para las especialidades de Técnico Deportivo y Técnico Deportivo Superior en Escalada.

Curso de cuerda corta:

Lugar: Sierra de Gredos.

Fecha: 13 y 14 de septiembre.

Profesorado: Raúl Lora.

Precio: 50€.

Válido para las especialidades de Técnico Deportivo y Técnico Deportivo Superior en Escalada y Alta Montaña.

Válido para UIAGM.

RECICLAJES PARA LA PREPARACIÓN DE PRUEBAS DE ACCESO

Recordad: pueden acceder los socios de cualquier especialidad que lleven cinco o más años en la AEGM.

Curso para las pruebas de acceso del TD2 en Escalada:

Lugar: Madrid.

Fecha: 5 y 6 de junio.

Profesorado: Marcos González.

Precio: 50€.

Pruebas de escalada en hielo para el acceso al curso de Técnico Deportivo en Alta Montaña:

Lugar: Benasque.

Fecha: 1 y 2 de febrero.

Profesorado: Juan Goyanes.

Precio: 50€.

Pruebas de esquí para el acceso al curso de Técnico Deportivo en Alta Montaña:

Lugar: Jaca.

Fecha: 8 y 9 de marzo.

Profesorado: Javier Garrido.

Precio: 50€.

Curso para las pruebas de acceso al TD2 en Barrancos:

Lugar: Pirineo de Huesca.

Fecha: 5 y 6 de abril.

Profesorado: Paola Cabistany.

Precio: 50€.

Cartografía digital y orientación para todas las especialidades:

Reciclaje online.

Fecha: mayo (días por confirmar).

Profesorado: Miguel Ángel Adrados.

Precio: 50€.

ASAMBLEAS GENERALES DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE GUÍAS DE MONTAÑA

23 de abril de 1993

Se realiza en Belagua una Asamblea de todas las Asociaciones del Estado Español, refundadas ese día en lo que se llamó UEAGAM, de donde sale una Comisión Gestora de ocho miembros. Dicha Comisión Gestora se reúne días después en Madrid, presidida por Francisco Palacios (presidente de la APM).

12 de mayo de 1993

Asamblea Constitutiva en Zaragoza de la Asociación Española de Guías de Montaña. Se elige al primer presidente, Jorge Vicens Hualde.

14 de diciembre de 1993

Asamblea General en Panticosa (se decide en la Asamblea anterior, y se traslada a los Estatutos, que haya dos Asambleas Generales Ordinarias al año. No obstante, ese punto sería derogado un año más tarde).

31 de mayo de 1994

Asamblea General en Madrid (local del Club Peña Lara).

17 de diciembre de 1994

Asamblea General en Huesca (Ayuntamiento – Patro. Turismo).

15 de mayo de 1995

Asamblea General en Benasque.

2 de diciembre de 1995

Asamblea General en Moraira – Valencia.

24 de noviembre de 1996

Asamblea General en el Puerto Navacerrada – Madrid.

16 de noviembre de 1997

Asamblea General en Jaca Huesca (Casino Unión Jaquesa).

19 de diciembre de 1998

Asamblea General en Panticosa (Ayuntamiento).

18 de diciembre de 1999

Asamblea General en Huesca (local del Club Peña Guara).

1 de diciembre de 2000

Asamblea General en Urbasa – Navarra.

1 de noviembre de 2001

Asamblea General en Linas de Broto – Huesca.

1 de diciembre de 2002

Asamblea General en Berga – Barcelona.

30 de noviembre de 2003	Asamblea General en Alquézar – Huesca.
24 de octubre de 2004	Asamblea General en Irún (Feria de Montaña).
19 de noviembre de 2005	Asamblea General en Madrid (Centro Espacio Acción).
18 de noviembre de 2006	Asamblea General en Pont de Suert (Escuela ECEM).
1 de diciembre de 2007	Asamblea General en Arenas de Cabrales – Asturias.
16 de diciembre de 2008	Asamblea General en La Molina – Cataluña.
10 de diciembre de 2009	Asamblea General en Jaca – Huesca.
11 de diciembre de 2010	Asamblea General en Sierra Nevada – Granada.
16 de diciembre de 2011	Asamblea General en Jaca – Huesca.
16 de noviembre de 2012	Asamblea General en Hoyos del Espino – Gredos – Ávila.
15 de noviembre de 2013	Asamblea General en Jaca – Huesca.
15 de diciembre de 2014	Salardú – Vall d’Aran.
16 de diciembre de 2015	Jaca – Huesca. Elecciones Junta Directiva.
20 de diciembre de 2016	Asamblea 2016, Durango – Vizcaya.
12 de diciembre de 2017	Jaca – Huesca.
13 de diciembre de 2018	Colmenar Viejo – Madrid.
17 de diciembre de 2019	Jaca – Huesca. Elecciones Junta Directiva.

PRESIDENTES HASTA HOY DE LA AEGM

Francisco Palacios Ramírez de Arellano (comisión gestora fundacional)

Jorge Vicens Hualde

Juan Carlos Gómez

Javier Garrido Velasco

Erik Pérez Lorente

Raúl Lora del Cerro

TwoNav
freedom to discover

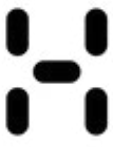


LOWA
simply more...

 **Black Diamond®**

barrabes 
ESQUÍ Y MONTAÑA


altus


Haglöfs

 **INTER
SPORT
JORRI**

Julbo® 

BOREAL

izas 

 **pland**

BROKERS 
CORREDORIA
D'ASSEGURANCES S.L.


EIZASA
HOTELES

 **Totem**

 **ORTOVOX**

**SOLO
CLIAB**

snö
LIBERTY HOTELS