

**PLAN
DE
AUTOPROTECCIÓN
X CICLOTURISTA BTT
SAN ANTÓN PARTALOA
2023
2 DE DICIEMBRE**

Plan de Autoprotección

JUSTIFICACIÓN: El presente Plan tiene efecto ante situaciones que reclamen la actuación de medios de búsqueda, rescate, socorro y salvamento de víctimas de accidente en montaña, de personas extraviadas y otras de naturaleza análoga, con motivo de la X Marcha Cicloturista BTT San Antón Partalao 2023 que se celebrará el 2 de Diciembre de 2023.

FINALIDAD: Con los medios humanos y materiales que se establecen, tener prevista la intervención inmediata del mínimo indispensable de los mismos, ante una eventualidad que se produzca.

ÁMBITO DE APLICACIÓN: Municipio de Partalao y los parajes de Campillo, Cerro Gordo, Piedra Amarilla, Ramblas de Arquillo y Charcones, Partalao Pueblo y alrededores, centrado principalmente en las zonas del circuito establecido para la actividad prevista (BTT), así como en las zonas perimetrales de los mismos, que se contemplan en la cartografía adjunta.

FACTORES DE RIESGO:

- En función de la gravedad (ilesos, leve, grave), y número de accidentados
- En función del entorno y de los factores climáticos (acceso al lugar de la posible emergencia, meteorología adversa...)

ORGANIZACIÓN Y MEDIOS:

Estructura de los servicios actuantes personal técnico del Ayuntamiento de Partalao, colaboradores voluntarios del Ayuntamiento de Partalao, Policía Local de Partalao.

Centro de Coordinación: Situado en la Oficina móvil en Piscina Municipal de Partalao, donde se establecerá como Puesto de Mando Fijo, en caso de siniestro.

TELÉFONO MÓVIL: 645804809-655940740 Policía Local (675286357)

El Centro estará integrado por personal de la Organización, miembros de la Agrupación de Voluntarios de Protección Civil de la Diputación de Almería y personal Sanitario (Médico y Enfermero), equipados con transmisiones, vehículos T/T, y vehículos dotados con material para rescate, salvamento y habilitados para transporte sanitario.

El Puesto de Mando Avanzado, lo establecerían los Voluntarios de Protección Civil que controlan los itinerarios, asistidos por Sanitario y Guías del recorrido, que cuentan con Transmisiones y Vehículo T/T que irán en la prueba acompañando todo el itinerario, que serán activados en caso de necesidad.

El Centro de Coordinación, recabará toda la información necesaria, y requerirá los medios humanos y materiales para contrarrestar la emergencia que se pudiera producir, contando también con la inestimable colaboración de la Guardia Civil.

A través del 112, se gestionará la estructura Sanitaria o de otra índole, que fuese necesario movilizar ajenos a la organización.

ACTUACIÓN.

Ocurrido el hecho, se actuará sanitariamente “in situ” y se transmitirá la alarma al Centro de Coordinación, requiriendo los medios necesarios, e informando de forma secuencial, conforme se vayan sucediendo los acontecimientos, para prever la necesidad de medios extraordinarios de asistencia y evacuación.

RECURSOS TÉCNICOS Y HUMANOS:

Los recursos humanos se agrupan en dos secciones:

A.- **Sección interna**, que balizará el itinerario previamente al comienzo de las pruebas expuestas, y que actuarán como guías el día de la actividad, para atender a todas las incidencias que pudieran acontecer durante su desarrollo. Serán los encargados de movilizar a los medios externos. Irán equipados con equipos de transmisiones y telefonía móvil, realizarán la apertura y el cierre de la caravana .

Se compone:

- Coche Apertura (Policía Local)
- 1 motorista, un coche escoba 1 operario, todos ellos con conocimiento completo del terreno.
- 1 Vehículo, con un operario, que coordinará al personal colaborador en los puntos clave.
- Seis (6) colaboradores ayudantes de los anteriores en los avituallamientos y puntos clave.

B.- **Sección externa** que atiende los servicios necesarios para el desarrollo de las actividades, como son puntos de avituallamiento, comunicaciones, servicios sanitarios, evacuaciones, etc.

- Estarán equipados con estaciones de radio en salida, meta y en los 2 avituallamientos.

Equipo de Asistencia Sanitaria

Formado principalmente por Conductor , **un enfermero y un Médico.**

Contará con Ambulancia del tipo soporte Vital Avanzado situado en el centro de coordinación y, que contarán con la asistencia y el apoyo de la **AGRUPACION DE VOLUNTARIOS DE PROTECCIÓN CIVIL DE LA DIPUTACIÓN DE ALMERÍA**, la cual aporta 3 componentes de esta agrupación y un vehículo prioritario que estará en todo momento en ruta, para realizar evacuaciones, traslado sanitario, auxilio, etc.

Estarán alerta los servicios médicos del **Centros de urgencias de Oria**,

Además de todo ello, el 112 estará avisado por si hubiera cualquier emergencia.

Material básico:

- 1 Vehículo Mixto. Furgoneta.
- Ambulancia del tipo soporte Vital Avanzado
- 1 Moto que abrirá la caravana.
- 1 Coche del Ayuntamiento para el transporte de los miembros de la Organización, así como de participantes que lo requieran.
- Seis (6) walkies-talkies y 1 emisora base.
- Teléfonos Móviles.

OBJETIVOS.

- Esta actividad pretende congrega, en una marcha cicloturista de BTT, a todos los que disfruten con este tipo de marchas populares.
- Pretende así mismo dar a conocer esta actividad deportiva en nuestro entorno próximo.
- Contribuir y acrecentar el prestigio del Municipio de Partalao y de las poblaciones del Valle del Almanzora en relación con el deporte así como del entorno natural y cultural por donde discurre.

CARACTERÍSTICAS.

- Tipo de Actividad: Marcha Cicloturista BTT
- Fecha: Sábado, 2 de Diciembre de 2023 .
- Lugar: Termino municipal de Partalao. Pédanías de Cerro Gordo, Piedra Amarilla.
- Salida: 10:00 h desde Ayuntamiento de Partalao.
- Finalización: 13 horas, Piscina Municipal de Partalao.
- Organiza: Ayuntamiento de Partalao.
- Colabora: Diputación de Almería.
- Correo electrónico: alcaldía@partalao.org
- Teléfono de contacto: 645804809-655940740
- Participantes: Ciclista en general, sin obligación de licencia federativa, para participar en marcha recreativa. Mayores de Edad.
- Inscripción: En www.partalao.es . Sección Agenda.
Confirmación a cicloturistapartalao@gmail.com
- Duración total prevista: Sobre 3:00 h. Marcha

- 1º.SALIDA: a las 10:00h
 - 1.- AVITUALLAMIENTO 1 (KM 22,04) PLAZA PIEDRAS AMARILLA.
 - 2.-AVITUALLAMIENTO 2 – (KM 31,8) RAMBLA DE LOS CHARCONES.
- Tipo de suelo: Pista. Rambla. Asfalto.
- Puntos de escape: Km 1.23, Km 4.5, Pedanías de Cerro Gordo, Piedra Amarilla, Núcleo de Partaloo....Por la naturaleza de la marcha y del recorrido se puede salir en cualquier punto de este.
- Punto de Interés. Derrubios de Partaloo.
- Punto más alto: 775 m.
- Punto más bajo: 431 m.
- Desnivel acumulado subiendo: 466 m.
- Desnivel acumulado bajando: 467 m.
- Longitud aproximada de recorrido: 35,5 Km.

DATOS DE FUNCIONAMIENTO:

- La recepción de participantes y control de inscripciones, se realizará el Sábado día 2 de Diciembre de 9:00 a 09:45 h. en el Ayuntamiento de Partaloo, (***Los participantes deberán mostrar su DNI y posteriormente firmarán el listado de salida***). La inscripción a la marcha han debido de hacerla hasta el día 23 de Noviembre, o fin de plazas disponibles 100, en la web www.partaloo.es. Charla informativa: el día de la prueba a las 09:45 h en el punto de salida informando de las normas de la marcha y de seguridad.
- El viernes día 24 de Noviembre 2023 a las 20:30 h habrá una reunión de coordinación en las oficinas del Ayuntamiento de Partaloo.
- La organización habilitará una zona para aparcamiento, situado en zona cercana y debidamente señalizado (Policía Local, hasta el inicio de la actividad).
- Saneamiento en el Polideportivo Municipal de Partaloo, se podrán utilizar los baños y duchas tanto los participantes como los acompañantes que lo deseen.
- El material de aseo será propio.
- Las principales asistencias de la organización, además del propio desarrollo interno, se centraran en la oficina móvil de la marcha.
- La organización contará con vehículos escoba para aquellos que deseen abandonar la marcha, que les llevarán al punto de llegada en la piscina municipal.
- Los demás transportes serán por cuenta propia, salvo los necesarios para el desarrollo de la prueba.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

1 SALIDA. La salida será a las 10.00 y será neutralizada así como el total del recorrido por la naturaleza del evento deportivo de carácter recreativo.

2. CARAVANA DE ORGANIZACIÓN:

- Moto de Asistencia que abre la marcha.
- Participantes (durante el transcurso de la prueba se permitirá ir en parejas nunca en pelotón)
- Protección civil
- Ambulancia
- Coche escoba de organización.
- Coche de coordinación de voluntarios y puntos de avituallamientos.

3. ZONAS URBANAS Y CRUCES: Controlados por la organización (policía local / voluntarios)

4. AVITUALLAMIENTOS. Controlados por 1 voluntario en cada uno de ellos.

5. RECOGIDA Y LIMPIEZA: La organización recogerá con un coche escoba los carteles, cinta y otros elementos que marcaban el recorrido, así como aquellos restos del avituallamiento

6. RECOGIDA DE VOLUNTARIOS: El responsable de voluntarios informará a estos del final del servicio y recogerá al finalizar el paso del coche escoba a los situados sin vehículo propio.

7. LLEGADA: Se entregarán los obsequios al finalizar la prueba.

8. EL ALMUERZO: Se realizará según marque la organización municipal, para acceder al almuerzo se entregará el ticket (1 voluntario). La organización informará previamente de las características de este.

ITINERARIOS:

Se realizará sobre un recorrido aproximado de 35 Km. Es una actividad de una dureza media- baja que transcurre principalmente por pistas, ramblas y caminos públicos en los que se alcanza una altitud máxima de 775 m, requiriendo tener un cierto hábito en la práctica de ciclismo de montaña.

Puntos de especial seguridad .zona urbana dentro del Municipio y paso por pedanías de Cerro Gordo y Piedra Amarilla. Subida y bajada en paraje Las Cuerdas **en Km 3 hasta Km 6 . Especial seguridad** en descenso a Rambla de Los Charcones desde el Paraje Las Cuerdas **en Km 30 hasta Km 33,6.**

SE ADJUNTA PLANOS DEL ITINERARIO

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN

COMETIDOS

El Equipo organizativo de la actividad RECREATIVA de BTT “ X CICLOTURISTA BTT SAN ANTÓN PARTALOA 2023” , tiene como una de sus misiones el de realizar todas aquellas actuaciones necesarias para atender las posibles situaciones de emergencia que se produzcan durante el desarrollo de las mismas. Entre estos cometidos esta el de:

- Prestar auxilio a las personas accidentadas, perdidas o aisladas en zonas del circuito por donde se desarrolla la actividad.
- Garantizar la seguridad de todos los participantes.
- Articular los medios necesarios para un pronto auxilio a los afectados, así como el alertar o avisar a los servicios de emergencia externos que sean necesarios, según el tipo de incidente.

PUESTO DE MANDO PRINCIPAL

Está constituido por:

- Director Ejecutivo (Representante de la Autoridad Local del Ayuntamiento de Partaloa)
 - Será la máxima autoridad de la actividad, responsable del cumplimiento de las normas y directrices establecidas.
- Policía Local. Responsable de la Seguridad Vial .
- Mando de la Agrupación de Voluntarios de Protección Civil de la Diputación de Almería
 - Coordinará la asistencia en ruta de evacuaciones, traslado sanitario, auxilio, etc.
- Responsable de servicios auxiliares (Técnico Municipal)
 - Asegurar la logística de servicios de instalaciones municipales y avituallamientos.
 - Coordinar al grupo de voluntarios

DESPLIEGUE.

PUESTO DE MANDO PRINCIPAL. Piscina Municipal de Partalao

PUESTO DE MANDO AVANZADO: Lugar mas cercano del suceso, con fácil acceso y cobertura en comunicaciones.

AVITUALLAMIENTO 1 (KM 22,04)

AVITUALLAMIENTO 2 (KM 31,8)

META. (KM 35,5)

PUNTOS CLAVE DE SEGURIDAD

Zona urbana de Partalao.

Km 4,05 hasta el Km 5,72.Llegada al Campillo y Bajada por Las Cuerdas

Km 22,4. Entrada a Piedra Amarilla

Km 26,7 entrada Cerro Gordo

Km 30 a Km 33,6 Subida por las Cuerdas y bajada a Rambla Los Charcones.

Km 34,5 al 35,5. Entrada en el Pueblo hasta final de la Marcha en Polideportivo

LA ALERTA

PROCEDENCIA:

Miembros de la organización, participantes, llamadas de socorro entrante en emergencias 112 o 062 (Guardia Civil)

Se informará de cualquier incidencia al Director Ejecutivo de la actividad, para movilizar los medios y recursos de la organización, según la envergadura se dará conocimiento inmediato a Guardia Civil y Emergencias 112.

Una vez dada la alerta, se:

Identificara quien comunica la incidencia.

Se recabaran el máximo de datos: lugar, condiciones del siniestro, estado de la víctima.

En caso de desaparición, ultimo punto por el que paso, en que condiciones y hora de paso.

Para movilizar los recursos, se juzgara la situación y la posible evolución, por lo que se deberá conocer:

La Orografía del terreno y sector a intervenir.

Condiciones actuales de la zona.

Personal disponible en la zona.

Se decidirá el enlazamiento del puesto de M. Avanzado, este punto permitirá mantener el mando sobre la emergencia (comunicaciones, logística, etc.).

NORMAS DE SEGURIDAD

Para el buen desarrollo de la marcha se ha de cumplir con los horarios y normas de la actividad. El incumplimiento de la normativa conllevará el abandono de LA X MARCHA CICLOTURISTA BTT SAN ANTON PARTALOA 2023, entendiéndose con ello que se deja de estar bajo la cobertura de la organización.

El participante declara no estar en ninguna circunstancia (enfermedad o lesión) que le impida el normal desarrollo de esta actividad, eximiendo a la organización de cualquier responsabilidad derivada de lo anterior.

También declara que conoce la dureza de la prueba, que el itinerario está abierto al tráfico peatonal y rodado. Que atenderá permanentemente todas las indicaciones que la Organización realice con la finalidad de evitar cualquier incidente en la propiedad ajena y en su persona.

El participante con su inscripción autoriza a los Servicios Médicos de la prueba, a que le practiquen cualquier cura que pudiera necesitar estando o no en condiciones de solicitarla.

*****El artículo 23 de la Ley del Deporte en Andalucía (LDA. 6/1998. de 14 de diciembre) dispone que "la asistencia sanitaria derivada de la práctica deportiva general del ciudadano constituye una prestación ordinaria del régimen de aseguramiento sanitario del sector público que corresponda". Por tanto la inscripción a este programa no lleva implícita tener un seguro de accidentes deportivos.***

. La organización dará cobertura con SEGURO DE ACCIDENTES individual por un día, a todos y cada uno de los participantes oficiales.

AUTOPROTECCIÓN

Seguir en todo momento las indicaciones de las autoridades Y personal de la organización.

- Usar siempre el casco.
- Llevar 1/2 litro de agua.
- Beber y alimentarse durante la marcha.
- Llevar un móvil, cargado, en un compartimento estanco, durante la prueba y no olvidar facilitar el número a la organización.
- No arriesgues en las bajadas.
- Si tienes cualquier síntoma de agotamiento, mareo, etc. busca al miembro de organización más próximo o ponte en contacto con la base de operaciones.
- No bebas agua de fuentes, manantiales o arroyos no indicados como potables.
- De acuerdo con lo establecido en el reglamento de prevención y lucha contra incendios Forestales, toda persona que circule por terrenos forestales y zonas de influencia forestal deberá atenerse a lo siguiente:

Queda prohibido: encender fuego / arrojar o abandonar objetos de en combustión / arrojar o abandonar sobre el terreno papeles, plásticos vidrios o cualquier objeto susceptible de crear un fuego. / arrojar o abandonar basura.

Consejos de cómo actuar en caso de accidente. Os pedimos que lo leáis detenidamente y los recordéis si fuese necesario, aunque nuestro deseo es que nunca tengáis que aplicarlos.

COMO ACTUAR EN CASO DE ACCIDENTE.

P. A. S. (Protege, Avisa, Socorre.) Regla nemotécnica que nos puede ayudar a la hora de empezar a decidir qué es lo que vamos a hacer en caso de accidente.

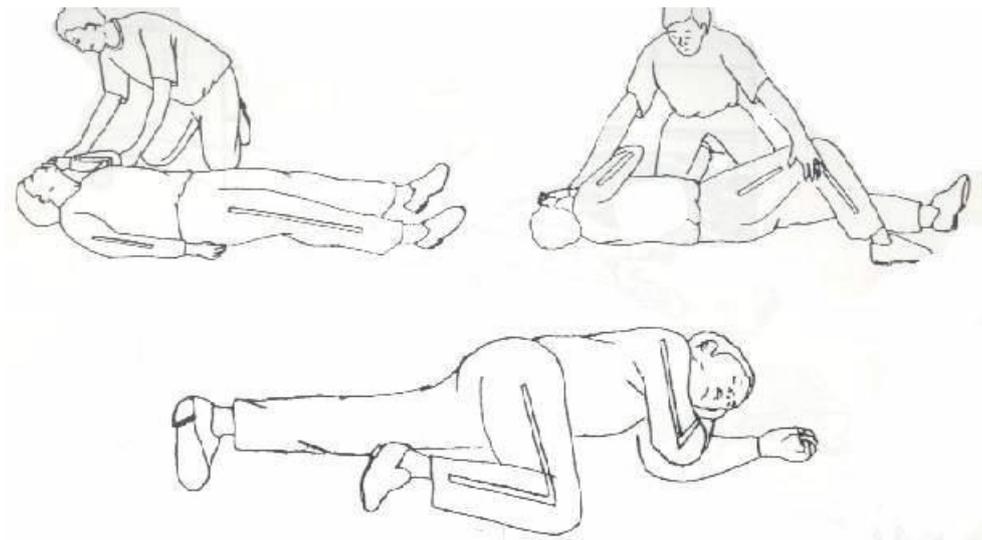
En primer lugar, si no das aviso, nadie irá a rescatarte, si nadie da aviso por ti tampoco. Si no has dejado dicho donde estarías léete el apartado de consejos, puesto que esta opción ya estaría resuelta: Significa que cuando la persona encargada de recibir tu llamada a una hora determinada, no la recibe, esta llama al 112 o al 062, dando detalles de la actividad que ibas a realizar para que los equipos de rescate tengan algo para comenzar a buscarte ¡Ármate bien de paciencia!

La unidad ideal para salir al monte es de tres, puesto que si uno tiene un accidente, otro se queda con el herido y el tercero sale a buscar ayuda.

Acabamos de tener un accidente, de nada nos vale lamentarnos, buscar culpables, discutir, reprimir a otros, vamos a trabajar con la cabeza, lo primero que tenemos en nuestra regla nemotécnica es una **P**.

PROTEGER.

En esta fase debemos de apartar al herido y al resto del grupo de los posibles peligros que pudieran provocar otro accidente, le proporcionaremos al herido una posición cómoda aislada del frío o del calor, si está inconsciente le pondremos en una postura lateral de seguridad.



En estas maniobras nos tomaremos nuestro tiempo, no hay que correr, hay que preguntar qué le duele y exploraremos la zona, después le haremos una exploración general, mientras tanto iremos evaluando su nivel de conciencia, si se viene arriba o notamos que poco a poco se va mareando o habla sin coherencia. Terminada la evaluación que nos puede llevar unos minutos, es hora de salir a pedir ayuda, en el caso de que vayamos dos no nos queda otro remedio que dejar al herido solo.

Recuerda:

Consciente: en una posición cómoda

- 1 Mareado o inconsciente: posición lateral de seguridad
- 2 Marca el lugar para que sea visible desde el aire: unas bolsas blancas o rojas, atadas a una rama o a una piedra valdrán.

AVISAR.

Puedes llevar dos móviles el de tu compañero y el tuyo, recuerda que para llamar al 112 necesitas cobertura de algún operador, esto es, que si tu operador no te da cobertura, si le llega de otro operador, podrás llamar, aunque tu teléfono te diga que no tiene cobertura, puesto que cuando llamas al 112, este utiliza cualquier cobertura desde cualquier teléfono móvil, eso sí tiene que haber cobertura de algún operador, así que de vez en cuando prueba a llamar.

Cuando hables responde a sus preguntas, con tranquilidad vocalizando despacio, da todos los datos que conozcas de la zona, lugar exacto del accidente y lesiones del herido.

Cuando termines no llames a nadie más y espera en ese lugar hasta que se ponga en contacto contigo el grupo de rescate.

Si no tienes cobertura pero has llamado al 112, técnicamente ahora a fecha de 2010 existe un problema (cuando sea resuelto lo quitaré), que es el siguiente: el móvil sin cobertura puede llamar al 112 por que utiliza la cobertura de cualquier operador, pero el 112 no puede volver a llamar al teléfono que pidió ayuda puesto que da apagado o fuera de cobertura.

Así que hasta que no nos confirmen que han salido a por nosotros, el grupo de rescate, llamaremos al 112 cada 15 minutos, seguramente en esa segunda llamada nos conectarán con el grupo de rescate, donde hablaran: llamada de auxilio, 112 y grupo de rescate, en una llamada a tres, en ese momento te quedará confirmado que salen a por ti, recibirás instrucciones y podrás volver con tu compañero, en espera de ser rescatado.

SOCORRER.

Voy a partir de la base de que no sabes primeros auxilios, y aunque tengas nociones si es tu primera intervención real en la que prestas auxilio, te será difícil mantenerte frío y actuar con serenidad.

Aplica el sentido común, una fractura puede no tener consecuencias pero si dejamos a esta persona sobre la nieve o expuesta al sol al final la lesión más grave vendrá de una hipotermia severa o un golpe de calor.

Si sangra ponle un trapo encima y presiona, si se empapa el trapo no lo quites, pon otro encima y sigue presionando, no hagas torniquetes, este sólo es para amputación.

Es muy importante mantener la calma. Recién producido el accidente hay personas que quedan inconscientes que a los pocos minutos comienzan a recobrar la conciencia, no obstante avisa del accidente y de la evolución del herido.

El grupo ha de generar positividad, al herido y al mismo grupo.

Estáis en un lugar de difícil acceso, tened paciencia.

Recuerda que ¡si no avisas nadie saldrá a por ti!

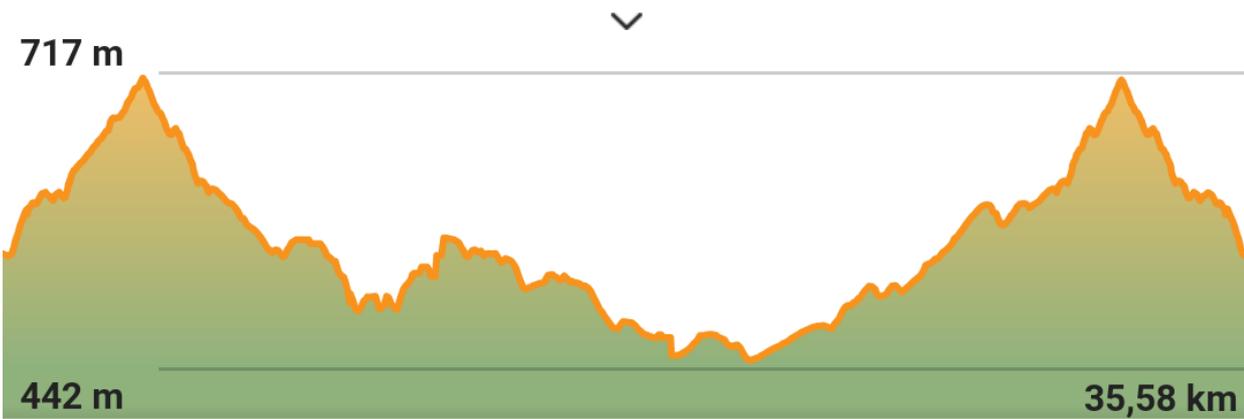
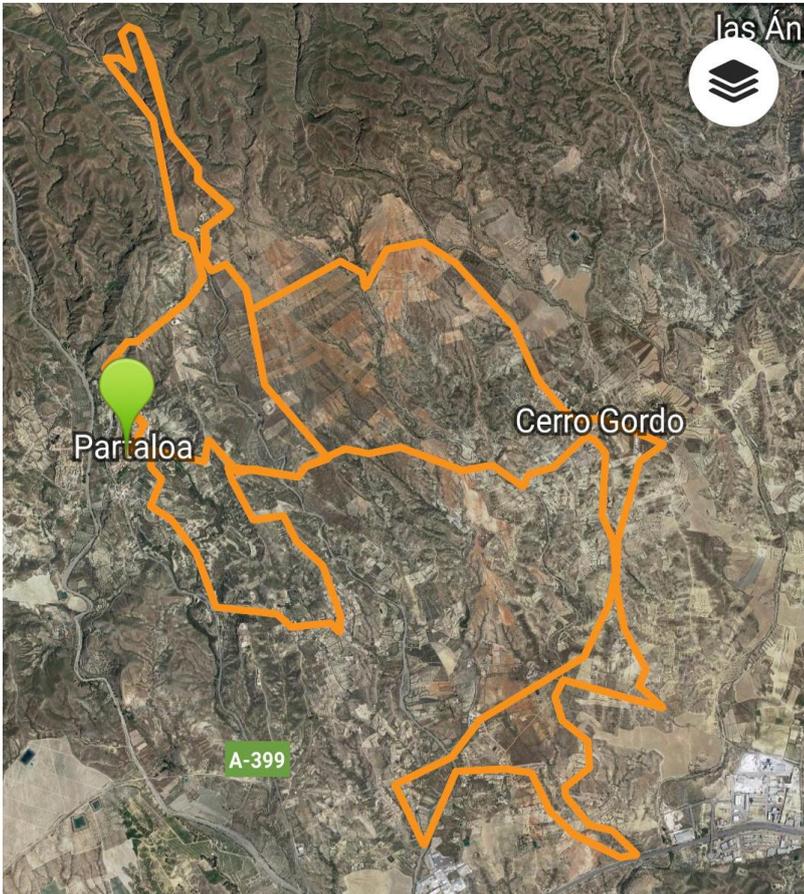
DOCUMENTACION ADJUNTA EN ANEXOS

ANEXO I: Zonas de actuación – Circuito y Perfil

ANEXO II: Catálogo de recursos movilizables.

ANEXO I: Zonas de actuación – Circuito y Perfil

Perfil



ANEXO II: Catálogo de recursos movilizables .

AYUNTAMIENTO DE PARTALOA

DOMICILIO: Plz de La Constitución 1 C. P. 04810

E-MAIL: alcaldía@partaloea.org

TELÉFONO: 950436288 **FAX:** 950 436288

POLICIA LOCAL: 675286357

GUARDIA CIVIL: 062

CENTRO DE SALUD:

ORIA: Calle Nueva 1 Telf. 950 639707 / 902505061

ALBOX: Calle Chirivel s/n Tel. 950029200

SANITARIAS:

Ambulancias UNIDAD DE RESCATE Y EMERGENCIAS

EMERGENCIAS 112

AGRUPACION PROTECCIÓN CIVIL DIPUTACION: Telf: 647 455 944

CARGO	COMPONENTES	TELEFONO MOVIL
DIRECTOR EJECUTIVO	Maria Joaquina Lopez Garcia	655940740
MOTO COORDINACION	Cecilio Vicente Cervilla	645804809
OFICINA INFORMACION VOLUNTARIOS	Raul López Soler	627437582
SANITARIOS /AMBULANCIA	Jose González Mora	605639445
PROTECCIÓN CIVIL	Javier del Pino Herrerías	647 455 944
VEHICULO 1 (Furgoneta - Policía Local)	Antonio Salvador Peñuela Cruz	675286357
VEHICULO 2 Coche Turismo	Juan Jose Matías Fernández	637210245