Riesgos Inherentes de las Actividades - SOMOS AVENTURA

Riesgos Generales Comunes a Todas las Actividades

Las actividades de SOMOS AVENTURA implican ciertos riesgos inherentes que todos los participantes deben conocer. A continuación, se detallan los riesgos generales comunes y las medidas de seguridad implementadas para minimizarlos.

- **Esfuerzo físico:** Todas las actividades requieren un nivel básico de condición física. Puede haber fatiga, sobreesfuerzo o lesiones musculares leves.
- **Condiciones meteorológicas:** Cambios en el clima pueden afectar la seguridad y el desarrollo de las actividades. SOMOS AVENTURA adapta o suspende actividades si las condiciones no son seguras.
- **Caídas y golpes:** Riesgo de contusiones, esguinces o fracturas por caídas o golpes accidentales durante la actividad.
- **Uso de equipamiento:** Aunque el equipo está homologado y revisado, un mal uso o fallo puede ocasionar accidentes.
- **Estado de salud:** Participar con condiciones médicas no compatibles puede aumentar riesgos. Se recomienda informar al equipo y seguir indicaciones médicas.
- **Riesgos psicológicos:** Algunas actividades pueden generar estrés o ansiedad, especialmente en personas con fobias o miedos específicos.
- **Intervención humana:** La supervisión profesional y los protocolos de seguridad minimizan riesgos, pero la conducta imprudente puede aumentar la probabilidad de incidentes.

Medidas de seguridad y protocolos:

- SOMOS AVENTURA cuenta con guías profesionales titulados y con experiencia.
- Equipamiento homologado y revisado periódicamente.
- Ratios de participantes por guía ajustados para máxima seguridad.
- Protocolos de emergencia y acceso rápido a asistencia médica (centro médico a 5 minutos).
- Formación previa y briefing informativo para todos los participantes.
- Inscripción en registros oficiales y certificaciones de calidad: SICTED, CVACTIVA, ANETA, código ético de turismo valenciano, registro TA-72-V.

Frecuencia de incidentes: Los accidentes graves son extremadamente raros. Desde 2008, con más de 5000 participantes por temporada, los incidentes se limitan a contusiones leves, esguinces o salidas de hombro en casos con antecedentes previos. No se han registrado ahogamientos ni accidentes graves.

Riesgos Específicos por Categorías

Las actividades se dividen en las siguientes categorías con riesgos específicos:

- Rafting
- Barranquismo Acuático
- Barranquismo Acuático con Rapel
- Barranquismo Terrestre
- Monorafting
- Hidrospeed
- Kayak Aguas Bravas
- Multiaventura Acuática
- Circuito Multiaventura (tirolinas)
- Puenting
- Espeleología
- Trekking

Riesgos Específicos para la Categoría Aguas Bravas en el Río Mijares (Montanejos)

Actividades incluidas: Rafting, Barranquismo Acuático, Monorafting, Hidrospeed, Kayak Aguas Bravas.

Riesgos comunes:

- Golpes y contusiones: Durante la navegación en aguas bravas, es posible recibir golpes con palas, rocas o el propio equipo.
- Caídas e inmersión: Existe riesgo de caída al agua, con posibilidad de inmersión, aunque siempre con chaleco salvavidas y neopreno que garantizan flotabilidad y protección térmica.
- Esfuerzo físico y frío: Las actividades requieren esfuerzo físico moderado a alto, y el agua fría puede aumentar la fatiga o hipotermia si no se usa el equipo adecuado.
- Corrientes y obstáculos: Las corrientes y obstáculos naturales del río pueden generar situaciones de desequilibrio o atrapamiento, aunque los guías están entrenados para minimizar estos riesgos.
- Condiciones psicológicas: Personas con miedo al agua, claustrofobia o fobias pueden experimentar ansiedad que dificulte la actividad y la seguridad del grupo.

Requisitos específicos:

- Hidrospeed requiere experiencia previa en actividades similares y muy buena condición física debido a su alta exigencia.
- Barranquismo acuático con tirolina exige comodidad con alturas y extremar cuidado si ha tenido problemas de oído, ya que los saltos desde altura al agua podrían provocar daños en el canal auditivo.
- Edad mínima y peso máximo varían según actividad, consultables en las páginas específicas.

Medidas de seguridad:

- Guías titulados con ratios de 8-10 participantes por guía.
- Equipamiento homologado (chalecos, cascos, neoprenos).
- Briefing previo detallado y adaptación a condiciones del río.
- Vehículos y personal de seguridad acompañando el recorrido.
- Centro médico a 7 minutos y cobertura telefónica garantizada en casi todo el recorrido.

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves como esguinces o contusiones son muy poco frecuentes (1-3 por cada 5000 participantes). No se han registrado ahogamientos ni accidentes graves.

Riesgos Específicos para Barranco Acuático del Centenar

Descripción: Barranco acuático en Zucaina (Castellón), ideal para iniciarse en la técnica del rápel de forma segura, con saltos y descensos mediante la técnica del rapel. En su versión clásica, no se incluye el rapel final de 70m, en su versión integral, se incluye este rapel, que por su altura, puede no ser adecuado para todos los públicos. Requiere estar muy cómodo con alturas y el agua.

Riesgos comunes:

- Alturas y rápel: La actividad incluye rápeles y saltos desde alturas moderadas, por lo que es necesario estar familiarizado y cómodo con estas situaciones.
- Golpes y contusiones: Posibilidad de golpes contra rocas o superficies duras durante saltos o desplazamientos.
- Inmersión y contacto con agua: Riesgo de inmersión en pozas y corrientes, siempre con chaleco salvavidas y neopreno para protección y flotabilidad.
- Esfuerzo físico: Requiere resistencia y coordinación para superar obstáculos y realizar rápeles.
- Condiciones psicológicas: Personas con miedo a las alturas o al agua pueden experimentar ansiedad que dificulte la actividad.

Requisitos: Edad mínima 12 años, peso máximo según normativa, y no se requiere experiencia previa pero sí disposición para seguir instrucciones.

Medidas de seguridad:

- Guías profesionales titulados y con experiencia.
- Equipamiento homologado (cascos, arneses, chalecos, neoprenos).
- Briefing previo detallado y adaptación a las condiciones del barranco.
- Protocolos de emergencia y acceso a asistencia médica.

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves como contusiones o esguinces son poco frecuentes. No se registran accidentes graves gracias a la supervisión y protocolos estrictos.

Riesgos Específicos para Multiaventura Acuática y Kayak en el Embalse

Descripción: Actividades en aguas tranquilas (embalse) que combinan juegos con embarcaciones sin motor, pruebas físicas y actividades recreativas para grupos, escolares y familias desde los 5 años de edad.

Riesgos comunes:

- Esfuerzo físico bajo: Las actividades requieren un nivel básico de condición física, con baja posibilidad de fatiga o sobreesfuerzo.
- Caídas y golpes: Riesgo de contusiones o esguinces por caídas o tropiezos en zonas húmedas o resbaladizas.
- Contacto con el agua: Posibilidad de mojarse o resbalar, aunque en aguas tranquilas y controladas.
- Condiciones meteorológicas: Cambios en el clima pueden afectar la seguridad y comodidad.

Requisitos: Edad mínima y peso máximo según actividad, consultables en la web.

Medidas de seguridad:

- Supervisión constante por monitores titulados.
- Equipamiento adecuado y revisado.
- Briefing informativo previo.
- Protocolos de emergencia y acceso rápido a asistencia médica.

Frecuencia de incidentes: Muy baja, con incidentes leves ocasionales relacionados con caídas o golpes.

Riesgos Específicos para Circuito Multiaventura

Descripción: Actividades en altura que incluyen tirolinas, puentes colgantes y pruebas de equilibrio en estructuras diseñadas para la aventura.

Riesgos comunes:

- Caídas y golpes: Riesgo de caídas desde altura o golpes contra estructuras, aunque mitigado por el uso de arneses y sistemas de seguridad.
- Esfuerzo físico: Requiere equilibrio, coordinación y fuerza moderada.
- Condiciones psicológicas: Personas con miedo a las alturas pueden experimentar ansiedad o estrés que dificulte la actividad.
- Uso de equipamiento: Mal uso o fallo del equipo puede aumentar riesgos, aunque el equipo es homologado y revisado.

Requisitos: Edad mínima y peso máximo según normativa y especificaciones del circuito.

Medidas de seguridad:

- Supervisión por monitores titulados.
- Equipamiento homologado y revisado periódicamente.
- Briefing y formación previa.
- Protocolos de emergencia y acceso rápido a asistencia médica.

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves muy poco frecuentes, sin registros de accidentes graves.

Riesgos Específicos para Puenting

Descripción: Actividad de salto desde altura con cuerda elástica, que requiere control técnico y condiciones físicas adecuadas.

Riesgos comunes:

- Caídas controladas: El salto está controlado por sistemas de doble seguridad, para evitar caer accidentalmente antes de que esté todo preparado. Existe riesgo de lesiones por impacto en caso de no seguir las indicaciones facilitadas por el instructor.
- Esfuerzo físico y psicológico: No requiere experiencia previa ni habilidad especial, solo requiere no tener miedo a las alturas y seguir las indicaciones.
- Uso de equipamiento: El arnés (integral), cuerdas (son 2 y soportan más de 1200kg cada una) y cascos son homologados y revisados, pero un fallo o error humano puede aumentar riesgos.
- Condiciones médicas: No recomendado para personas con problemas cardíacos, embarazadas o con lesiones previas.

Requisitos: Edad mínima y peso máximo según normativa.

Medidas de seguridad:

- Supervisión por técnicos especializados.
- Equipamiento homologado y revisado.
- Briefing.
- Protocolos de emergencia.

Frecuencia de incidentes: Muy baja, con registros mínimos de incidentes leves por golpes contra uno mismo o el material.

Riesgos Específicos para Espeleología

Descripción: Exploración de cuevas y cavidades naturales que requiere desplazamientos en espacios confinados, con posibles obstáculos y desniveles.

Riesgos comunes:

- Espacios confinados: Posible sensación de claustrofobia o ansiedad en lugares estrechos o con poca luz.

- Caídas y golpes: Riesgo de resbalones, tropiezos o golpes contra rocas y paredes irregulares.
- Esfuerzo físico: Requiere resistencia, agilidad y buena condición física para superar obstáculos y desniveles.
- Condiciones ambientales: Temperaturas bajas, humedad y presencia de agua pueden aumentar el riesgo de hipotermia o resbalones.
- Uso de equipamiento: Cascos y linternas homologados para protección y visibilidad, con riesgo si se usan incorrectamente.

Requisitos: Edad mínima y peso máximo según normativa y especificaciones. No apto para personas con problemas respiratorios o cardíacos.

Medidas de seguridad:

- Guías titulados y con experiencia en espeleología.
- Equipamiento homologado y revisado.
- Briefing previo y control de condiciones físicas.
- Protocolos de emergencia y acceso rápido a asistencia médica.

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves como contusiones o esguinces son poco frecuentes. No se registran accidentes graves gracias a la supervisión y protocolos.

Riesgos Específicos para Barranquismo Terrestre (Barranco del Lobo)

Descripción: Actividad de descenso de barrancos secos que se realiza íntegramente mediante la técnica de rápel, en un entorno natural con desniveles y alturas significativas.

Riesgos comunes:

- Alturas y rápel: La actividad requiere estar familiarizado y cómodo con las alturas, ya que se ejecuta completamente con rápel, lo que implica descensos verticales o inclinados con cuerda.
- Caídas y golpes: Riesgo de caídas o golpes contra rocas durante el descenso o desplazamientos por terreno irregular.
- Esfuerzo físico: Requiere fuerza, coordinación y resistencia para realizar los rápeles y desplazamientos.
- Condiciones ambientales: Exposición a condiciones meteorológicas variables, con posibles superficies resbaladizas o inestables.
- Uso de equipamiento: Cascos, arneses y cuerdas homologados, cuyo mal uso o fallo puede aumentar riesgos.

Requisitos: Edad mínima y peso máximo según normativa. No apto para personas con miedo a las alturas o sin experiencia en rápel.

Medidas de seguridad:

- Guías profesionales titulados y con experiencia en barranquismo terrestre.
- Equipamiento homologado y revisado periódicamente.

- Briefing y formación previa sobre técnicas y seguridad.
- Protocolos de emergencia y acceso rápido a asistencia médica.

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves como contusiones o esguinces son poco frecuentes. La supervisión y protocolos estrictos minimizan riesgos graves.

Riesgos Específicos para Trekking

Descripción: Ruta circular de aproximadamente 1 hora y 30 minutos, apta para todo tipo de público desde los 6 años, que comienza y termina en las aguas termales de Montanejos.

Riesgos comunes:

- Esfuerzo físico: Aunque es una ruta accesible, requiere caminar por terreno irregular y con desniveles, lo que puede causar fatiga o sobreesfuerzo, especialmente en personas no acostumbradas a caminar.
- Terreno irregular: Posibilidad de tropiezos, resbalones o caídas debido a piedras, raíces o superficies irregulares.
- Condiciones meteorológicas: Cambios en el clima pueden afectar la seguridad y comodidad, especialmente en días de lluvia o calor intenso.
- Exposición solar: Riesgo de quemaduras o golpes de calor si no se toman precauciones adecuadas.
- Hidratación y alimentación: Es importante llevar agua y alimentos para evitar deshidratación o bajadas de azúcar.
- Condiciones médicas: Personas con problemas cardíacos, respiratorios o movilidad reducida deben consultar antes de participar.
- Uso de calzado y ropa adecuada: Fundamental para minimizar riesgos de caídas y molestias.

Medidas de seguridad:

- Guías profesionales que supervisan el grupo y adaptan el ritmo.
- Información previa sobre la ruta y recomendaciones.
- Posibilidad de asistencia rápida en caso de emergencia.
- Recomendaciones para llevar equipamiento adecuado (calzado, agua, protección solar).

Frecuencia de incidentes: Incidentes leves como torceduras o caídas son poco frecuentes y generalmente sin consecuencias graves.

Para más información, visita: https://somosaventura.com/riesgos-inherentes-actividades-somos-aventura/