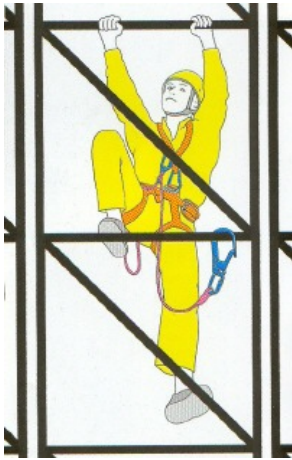


Normas de seguridad personal y de grupo

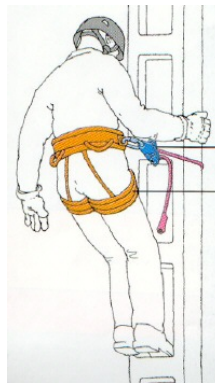


Si se tiene en cuenta que no son las alturas las que son peligrosas, sino el hombre quien de manera irreflexiva trabaja en ellas, se puede comprender sin dificultad la importancia de la prevención de accidentes en trabajos de altura.

A continuación se dan una serie de recomendaciones para aquellas personas que realizan trabajos de altura, incluyendo operaciones de Salvamento y/o Rescate:

- Para iniciar un trabajo de altura, se debe disponer de todos los recursos materiales necesarios.
- Valorar la condición física y experiencia propia de los rescatistas que se van a someter a trabajos de alturas, descartando problemas de vértigo.
- No afrontar la realización de trabajos en alturas en malas condiciones físicas o sin entrenamiento. No esperar nunca hasta que se le agoten totalmente las fuerzas.
- Planificar bien la actividad, revisando los equipos adecuadamente, pues su buen estado es fundamental. Muchos accidentes se deben al calzado mal adaptado, vestidos inadecuados, equipos deficientes.
- Emplear las cuerdas en todos los casos en los que se insinúe un peligro.
- Reportar la realización de la actividad a quien corresponda, informando el horario previsto para ella.
- Nunca realice estos procedimientos solo, usted **siempre** debe estar acompañado.

- La habilidad y el conocimiento de la técnica, son elementos sin los cuales no puede hablarse de verdaderos rescatistas y no se adquieren más que a través del entrenamiento progresivo, bajo el acompañamiento de personal entrenado.



- Recuerde que el valor de los rescatistas se compone de inteligencia, calma y prudencia.
- Velar siempre por el bienestar y buen uso del equipo, pues de las buenas condiciones de este depende la vida tanto del personal trabajador como del personal de salvamento y rescate.
- No realizar nunca un trabajo en alturas si no se tiene la seguridad de querer y poder hacerlo. Si bien este tipo de labores genera temor a todas las personas, por experimentadas que ellas sean, el excesivo miedo puede bloquear el buen juicio y capacidad de reacción de la persona.

"Algunas de estas recomendaciones pueden parecer innecesarias para algunos rescatistas con cierta experiencia, pero la verdad es que la mayoría de accidentes tienen su origen en la falta de información, de preparación o experiencia, o bien en la imprudencia. Lo que debe quedar claro es la necesidad de información para enfrentarse a objetivos de cierta dificultad."

