



Federación de Montañismo  
Región de Murcia

ema  
escuela murciana de actividades de montaña



ESMB  
Escuela Murciana de Espeleología y Descenso de Cañones

1

# AUTOSOCORRO

## EN BARRANCOS



**30 horas**  
**10, 11 y 12 de noviembre de 2023.**



## PRESENTACIÓN

El curso de Autosocorro en Barrancos y Cañones está destinado para aquellas personas que posean una formación demostrable en descenso de barrancos, y quieran adquirir conocimientos avanzados para poder enfrentarse de forma autosuficiente a situaciones comprometidas de seguridad inesperadas y que han surgido como consecuencia del desarrollo un incidente en el descenso de barrancos, que afecta a la continuación con la actividad y que puede afectar a unos de los componentes del grupo o bien que nos afecte a nosotros mismos.

## OBJETIVOS

1. Conocer el equipo necesario para la realización de las técnicas de autosocorro.
2. Conocer la cabuyería específica para las técnicas de autosocorro.
3. Promover las instalaciones desembragables frente a las fijas para poder abordar multitud de incidentes de forma rápida y segura.
4. Conocer los medios para elaborar sistemas de conexión con elementos de fortuna.
5. Aprender las técnicas de progresión vertical por cuerda en ascenso con métodos de fortuna con seguridad.
6. Aprender a salvar un nudo durante el descenso por cuerda para cuando se presente empalme de cuerdas.
7. Aprender la técnica para descender por cuerda tensa de forma segura para acceder hasta un accidentado por la cuerda de rapel.
8. Saber aplicar las técnicas de rescate desde la cabecera mediante polipastos y contrapeso.
9. Conocer las técnicas de rescate mediante contrapeso directo y cortes de cuerda directo e indirecto.
10. Aprender a desalondrar el descensor propio y el de un compañero.
11. Aprender a transportar a una persona durante el rápel mediante maniobras específicas.
12. Saber aplicar los primeros auxilios en barrancos.

## CONTENIDOS

El mínimo total de horas del curso es de 30 h, repartidas en 5 h. para las teóricas y 20 h. para las prácticas y una parte on-line de 5 h.

Materia	Horas teóricas (P/On-line)	Horas Prácticas	Total
I. MATERIA TÉCNICO EN BARRANCOS	0:30 (0:00+0:30)	0:30	1:00
II. NUDOS ESPECIFICOS	1:00 (0:30+0:30)	2:00	3:00
III. INSTALACIONES EN BARRANCOS	1:00 (0:30+0:30)	2:00	3:00
IV. TÉCNICAS DE FORTUNA	1:00 (0:30+0:30)	1:00	2:00



V. ASCENSO POR CUERDA EN SITUACIONES ESPECIALES	0:45 (0:30+0:15)	1:00	1:45
VI. DESCENSO POR CUERDA EN SITUACIONES ESPECIALES	1:15 (0:45+0:30)	3:00	4:15
VII. TÉCNICAS DE AUTOSOCORRO ASCIENDIENDO AL HERIDO	1:30 (1:00+0:30)	2:30	4:00
VIII. TÉCNICAS DE AUTOSOCORRO DESCENDIENDO AL HERIDO	1:30 (1:00+0:30)	4:30	6:00
IX. OTRAS MANIOBRAS DE AUTOSOCORRO	0:30 (0:15+0:15)	2:30	3:00
X. PRIMEROS AUXILIOS EN BARRANCOS	1:00 (0:00+1:00)	1:00	2:00
<b>TOTAL HORAS</b>	<b>10:00</b>	<b>20:00</b>	<b>30:00</b>

## LUGARES Y FECHAS:

El curso cuenta con una pequeña parte on-line en la que se verá teoría de las distintas materias.

Toda la teoría on-line se colgará en la web <https://www.espeleomurcia.es/moodle/login/index.php>, y podréis acceder utilizando como usuario vuestro DNI, y la contraseña que se os enviará por correo.

Para superar el curso habrá que superar también un cuestionario tipo test de 20 preguntas con calificación mayor a 5 y en un único intento de cada una de las materias impartidas on-line.

Se realizará una clase teórica el viernes 10 de noviembre de 16:00 a 22:00 h donde se verá la parte teórica de la formación.

Tendrá lugar en el centro municipal de formación ocupacional de Pliego en la dirección Av. de Alhama, 62, 30176 Pliego, Murcia

Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/HyWDqRk7BTzBC1Gr6>

Las clases prácticas se realizarán el sábado 11 en las canteras de El Valle (Murcia), de 9:00h a 19:00h aproximadamente.

Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/kcnqZDm7fg3jZvN89>

Y el domingo en el barranco de Sanes (La aparecida, Orihuela), de 9:00 a 19:00 aproximadamente.

Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/n6t9Ppf2gkB7ahSA8>

Durante este tiempo se practicarán las TPV aplicando los conocimientos adquiridos y practicando las técnicas vistas en la teoría, en todo momento acompañados por técnicos de la EME (Escuela Murciana de Espeleología y Descenso de Cañones) y EMA (Escuela Murciana de Actividades de Montaña). También habrá Técnicos Deportivos en Prácticas.



Asimismo, el último domingo del curso, a la salida del barranco, realizaremos también un examen teórico donde tendréis que demostrar los conocimientos prácticos adquiridos.

## CUOTA/RATIO/PROFESORADO

- La cuota de matrícula del curso es de 120€ para federados en la FERM y FMRM, 135€ para otros federados y 145€ para no federados.
- Ratio Profesor/Alumno: 1 a 3
- Profesorado: Técnicos Deportivos en barrancos de la EME y EMA.
- Mínimo de 6 alumnos y máximo de 12 alumnos.

## DIRIGE

José Ignacio Martínez Sánchez, Técnico deportivo en Barrancos.

CONTACTO: [jomarsnc@hotmail.com](mailto:jomarsnc@hotmail.com) 650 24 29 20

## INCLUYE

- Seguro temporal para los no federados.
- Prácticas con Técnicos Deportivos de la EME y EMA.
- Certificado oficial de la EME y la EMA.
- Formación on-line

## EQUIPO INDIVIDUAL

- Ropa técnica de montaña adecuada a la época del año y climatología para las aproximaciones. VESTIMENTA COMPLETA CAMISETA Y PANTALÓN.
- Botas o calzado adecuado (preferiblemente que cubran el tobillo).
- Guantes (Opcional).
- Frontal.
- Agua, comida para los dos días y crema solar.

**MATERIAL TÉCNICO INDIVIDUAL (OBLIGATORIO).** Material imprescindible para poder llevar a cabo las técnicas que se enseñarán durante el curso.  
Material a llevar por el alumno.

- Casco de barrancos homologado.
- Arnés específico de barrancos homologado. (NO DE ESCALADA).
- Cabo de anclaje doble y con sus respectivos mosquetones. Al menos uno de ellos tiene que ser HMS.
- 2 descensores para barrancos tipo ocho con sus mosquetones. El Modelo PIRAÑA solo lo utilizaremos para descender.
- 5 mosquetones de seguridad HMS.
- Pedal o estribo con mosquetón.
- Bloqueador mecánico Shunt con mosquetón.



- Bloqueador mecánico. Jumar, Duck, o similares con sus mosquetones (preferible evitar dentados). (OPCIONAL)
  - Polea P05 con su mosquetón.
  - Polea con Bloqueador con mosquetón. Tipo Minitraxion (OPCIONAL).
  - Mochila de barrancos para llevar la cuerda y el material.
  - Cuerda semiestática Tipo A (Diámetro Mínimo 10mm), 30-40 metros mínimo.
  - Porta cuerda /SERA (opcional)
  - Cuerda dinámica (Diámetro Mínimo 9mm), 30-40 metros mínimo. (Cuerda de socorro).
  - Cintas Express con mosquetones de seguro.
  - 3 cordinos de 6-7 mm para nudos autoblocantes (maniobras de auto rescate).
  - 1 cordino de 7 mm y 5 metros (maniobras de rescate. Polipastos y Contrapesos).
- MARINER
- Navaja específica de barrancos.
  - Llave de instalación 13 -17.
  - Trozos de cuerda y cintas de distintos diámetros (maniobras de rescate)

## HOMOLOGACIÓN DEL CURSO

El Curso está homologado por la Escuela Murciana de Espeleología y Descenso de Cañones de la Federación de Espeleología de la Región de Murcia y por la Escuela Murciana de Actividades de Montaña de la Federación de Montañismo de la Región de Murcia.

Se expedirá el correspondiente diploma homologado.

## INSCRIPCIÓN Y REQUISITOS DE ADMISIÓN

- **Todos los alumnos deberán asistir a la clase teórica del viernes, a todas las clases prácticas y realizar la parte on-line.**
- Es necesario estar federado en la Federación de Espeleología de la Región de Murcia (FERM), en la Federación de Montañismo de la Región de Murcia(FMRM) o en cualquier federación con la que exista convenio, siempre y cuando el seguro unido a la tarjeta cubra la modalidad deportiva del curso y su localización geográfica, o bien, cuando la convocatoria lo autorice, suscribir seguro de día que cubra la actividad ofertada por la misma.
- Realizar la matrícula y el abono de las cuotas del curso a través del club deportivo Club Pliego Espuña. Pagar al nº de cuenta del club poniendo en el concepto el nombre del alumno y el código **MB03-2023-02H**

**Nº CUENTA ES03 2100 1012 4202 0059 5275**

- La fecha de inscripción finaliza el miércoles anterior al inicio del curso y se hará en el formulario abajo comentado.
- En este formulario se os pedirá adjuntar un justificante del pago al número de



cuenta **ES03 2100 1012 4202 0059 5275**. La cuota se especifica en el apartado anterior. También se solicita una copia de la tarjeta federativa para aquel que se encuentre federado. **OBLIGATORIO RELLENAR EL FORMULARIO, es rellenarlo y en el apartado de cuota, hacer el pago.**

- El alumno debe tener buen estado de salud y buena forma física para poder desarrollar con normalidad la actividad física convocada.
- Haber realizado un Curso de Iniciación al Descenso de Cañones y Barrancos o en su defecto tener experiencia demostrable en el descenso de barrancos. Se requerirá para todos, conocimientos en técnicas de progresión (tanto horizontal como rápel); realización de nudos en barrancos.

### **FORMULARIO DE INSCRIPCIÓN:**

<https://forms.gle/q1hxneG52W6X3mgN9>

### **CONCEPTOS / GASTOS NO INCLUIDOS**

- Desplazamientos a los lugares de prácticas.
- Comida/avitallamiento durante todo el curso.

### **OBSERVACIONES GENERALES**

- El Club Pliego Espuña podrá suspender el curso si no se cubre el número mínimo de plazas establecidas.
- El Club Pliego Espuña podrá suspender/aplazar el curso, si las condiciones meteorológicas no son las conformes para realizar el curso. Los alumnos tendrán derecho a la devolución de las cantidades abonadas de los cursos aplazados/suspendidos no realizados.
- La edad mínima para inscribirse a partir de 18 años, y de 16 con autorización de los padres o tutor legal.
- Se devuelve el 100% de lo abonado en caso de no asistencia por enfermedad debidamente justificada.
- La asistencia al curso y desarrollo de las actividades programadas da derecho a la obtención de certificado EME/FERM y EMA/FMRM que acredita la formación recibida.
- El curso está homologado por la EME y EMA.



7

**MÁS INFORMACIÓN:** [clubpliegoespuna2023@gmail.com](mailto:clubpliegoespuna2023@gmail.com)



**COLABORADOR:** Ayuntamiento de Pliego

