

Castañeru Redes Trail



Carrera de Trail en Sobrescobio,
Parque Natural de Redes, Reserva de la Biosfera de Redes

Sobrescobio - 9 de enero de 2022

1



ÍNDICE

Apartado	Título del contenido	Página
1	OBJETO DEL REGLAMENTO	3
2	ACTIVIDADES Y LIMITACIONES	4
3	IDENTIFICACION ZONA DE DESARROLLO DE LA CARRERA	4
4	IDENTIFICACIÓN DE LOS RIESGOS	7
5	AUTOPROTECCIÓN	7
6	MEDIDAS DE PROTECCION PARA CASOS DEACCIDENTES	8
7	AYUDA EXTERNA	9
8	MEDIDAS EXCEPCIONALES	10
9	CRUCES DE CARRETERA	11
10	ORGANIGRAMA	15

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN PARA CASOS DE ACCIDENTES

CASTAÑERU REDES TRAIL

3

1.- OBJETO DEL PROTOCOLO

El presente Protocolo forma parte del Reglamento del IX CASTAÑERU REDES TRAIL como **Anexo I** del mismo y desarrolla su apartado 12. Para su elaboración se siguieron las directrices del Servicio de Emergencias del Principado de Asturias (www.112asturias.es), teniendo en cuenta las características orográficas del recorrido y las vías de evacuación posibles en función de los accesos rodados al mismo.

2.- ACTIVIDAD Y LIMITACIONES

La actividad a llevar a cabo es la organización del denominado CASTAÑERU REDES TRAIL, carrera de montaña, descrita y detallada en el Reglamento de la prueba (apartado 2), sometida al Reglamento de Competiciones de Carreres por Montaña de la Federación Asturiana (FEMPA).

El CASTAÑERU REDES TRAIL consta de una prueba de 11,600 km. La salida y la meta de ambas estarán situadas en el pueblo de Rioseco, discurriendo en su mayor parte por el denominado Castañeru Montés de Rioseco

Por razones de seguridad, en función de la capacidad organizativa se establecen las siguientes limitaciones:

- La participación en la carrera será de 450 participantes.
- Se establece una única salida diferenciada a las 10:30 horas y los corredores tendrán de margen hasta las 13:00 horas para llegar a la meta.

3.- IDENTIFICACION ZONA DE DESARROLLO DE LA CARRERA

La totalidad del recorrido de la prueba estará perfectamente marcado y balizado, desde la salida a la meta. Se utilizarán banderines con tela naranja y el logo de la prueba y cinta de plástico verde y amarilla. La colocación permitirá que nunca se pierda de vista el trazado de la prueba y desde una marca o baliza siempre se puedan divisar las dos siguientes.

4

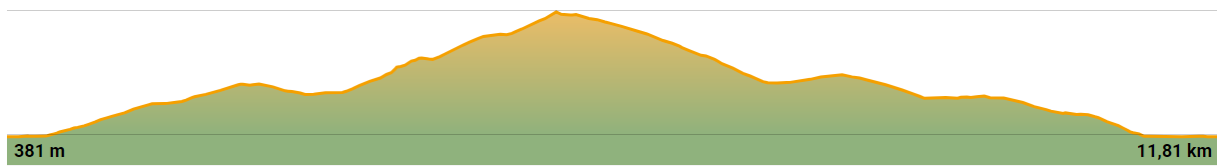
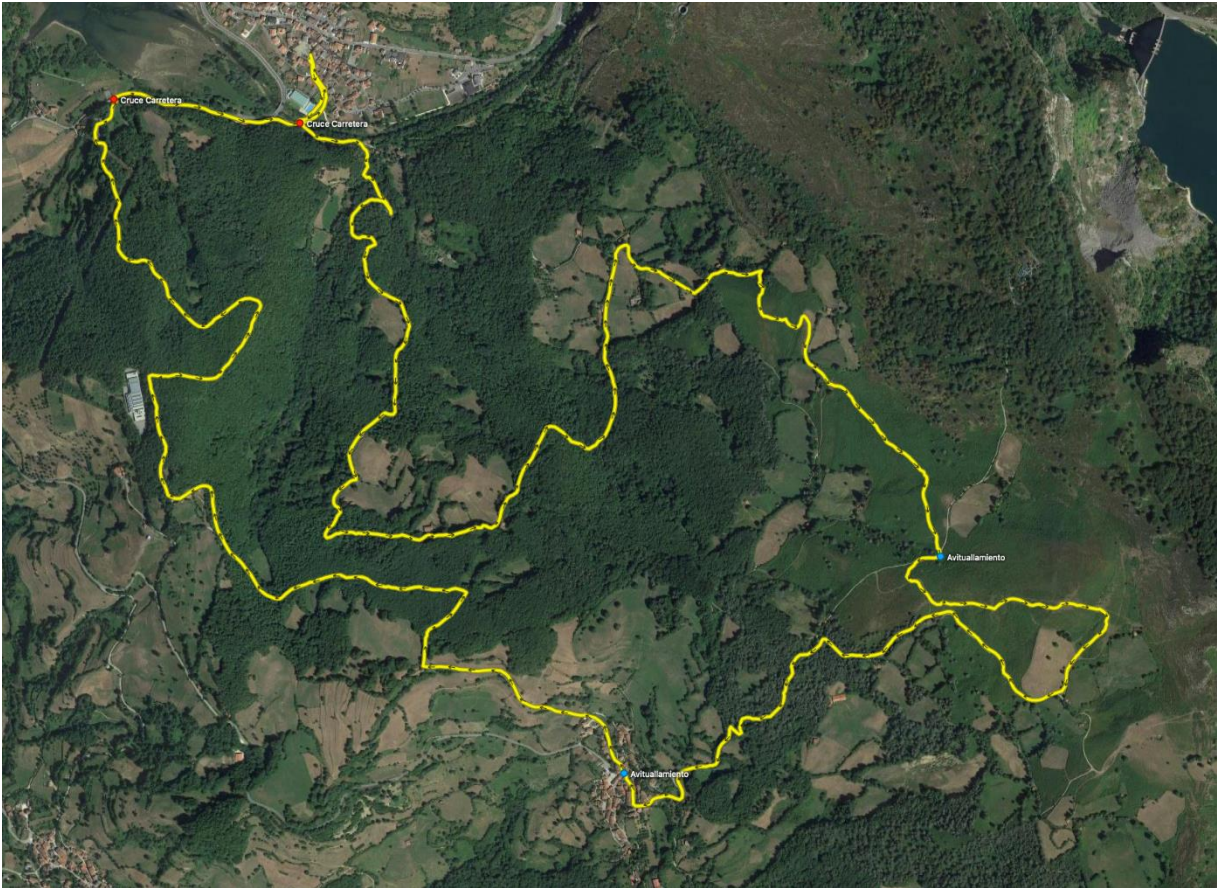
Habrà un equipo de cierre que irá detrás del último corredor integrado en el dispositivo de seguridad de la carrera.

- SALIDA: Plaza del Ayuntamiento, Rioseco (Sobrescobio)
- Senda Castañeru Montés
- Camín de La Mereal
- Cueria
- La Vanrrubia
- Cuesta La Brava
- Collá de Ladines (Avituallamiento sólido/líquido) PUNTO DE EVACUACIÓN 1
- Les Taconeres
- Ladines (Avituallamiento líquido) PUNTO DE EVACUACIÓN 2
- El Castrín
- Cementerio de Rioseco
- META: Plaza del Ayuntamiento, Rioseco (Sobrescobio)
(Avituallamiento sólido/líquido)

Enlace de Wikiloc:

[Wikiloc | Ruta Castañeru Redes Trail](#)

6



4.- IDENTIFICACION DE LOS RIESGOS

Riesgos para los corredores:

- Lesiones mecánicas: contusiones, heridas, esguinces, fracturas, lesiones musculares...
- Lesiones térmicas: hipotermia, congelaciones..
- Lesiones por sobre esfuerzo: agotamiento, hipoglucemia..

Riesgos climatológicos:

- Niebla

Cruce de Carretera

- Se cruzará la carretera local SC-1 en dos puntos, que se detallan más adelante.

5- AUTOPROTECCIÓN

La entidad organizadora tiene establecido en el Reglamento el equipamiento necesario y el recomendable para la prueba.

Los mensajes básicos de autoprotección en carrera, en especial las dos vías de evacuación y su utilización para casos de accidentes o retirada, en función del punto en que se produzcan, estarán disponibles en las RRSS de la carrera y se enviarán por Correo Electrónico a los participantes junto con otros datos necesarios sobre la carrera

6.- MEDIDAS DE PROTECCIÓN PARA CASOS DE ACCIDENTES

7.1 Consideraciones generales

En función de las características orográficas y los accesos rodados se establecen dos puestos de evacuación con un responsable en cada uno de ellos, los dos coincidiendo con los avituallamientos de carrera en La Collá de Ladines y en el pueblo de Ladines.

8

En cada uno de los dos puestos señalado como evacuación existirá un responsable de Seguridad de la Organización, y en los puntos en los que hay cruce de carretera se contará con la presencia de personal de Protección Civil. El responsable de Seguridad de cada punto de evacuación y avituallamiento, será la referencia del personal de seguimiento de los tramos para casos de accidentes y de levantamiento del puesto, tras el paso del equipo de cierre.

A lo largo del recorrido y en lugar predeterminado se ubicarán los miembros de la organización en coordinación con el responsable de la carrera.

A pesar de contar con dos lugares indicados para abandonos y evacuaciones, todo el recorrido de la carrera es accesible por pistas ganaderas y caminos por los que puede transitar una ambulancia 4x4.

7.2 PMA y Ambulancias

En el lugar de salida/meta se instalará un Puesto Médico Avanzado, con un médico al frente, con una dotación de una ambulancia asistencia, clase B (SVB), con un TES. Una ambulancia no asistencial, clase A1 4x4, con un TES estará situada en la localidad de Ladines.

7.3. Medidas sanitarias especiales Covid-19

Todos los participantes en la prueba deberán llevar mascarilla obligatoriamente en la salida, la meta y en los avituallamientos de carrera. Del mismo modo deberán guardar las distancias de seguridad, utilizar el gel hidroalcohólico y la mascarilla en la recogida de dorsales y en los vestuarios tras la finalización de la prueba.

El acceso a las duchas y a los vestuarios estará regulado por personal de la organización.

Si fuese necesario adoptar otras medidas en función de la evolución de la situación epidemiológica y las recomendaciones u obligaciones de las autoridades pertinentes se comunicará a todos los participantes mediante correo electrónico y difusión en RRSS de la prueba.

7.4 Comunicaciones

Las intercomunicaciones y avisos internos se llevará cabo por teléfono móvil, que tiene asegurada la cobertura en toda la zona de recorrido de la carrera. Dicha intercomunicación está asegurada en los puntos de evacuación, en los dos avituallamientos y en el recorrido, para casos de accidentes y evacuación.

7.5 Protocolo PAS

En caso de accidente se seguirá el protocolo PAS (**P**roteger - **A**visar - **S**ocorrer. Adaptamos al caso concreto la información de la página www.carrerasdemontana.com)

En primer lugar siempre hay que **PROTEGER** el lugar donde ha ocurrido el accidente y para evitar otros nuevos o daños mayores. Si es necesario habrá que realizar una primera movilización de emergencia de la mejor manera posible hasta un lugar seguro.

En segundo lugar habrá que solicitar ayuda (**AVISAR**). Siempre que sea posible debemos evacuar a los heridos de carácter leve por nuestros propios medios para evitar rescates innecesarios ya que si surge una emergencia grave en otro lugar los equipos no la podrán asumir o tardarán más tiempo en activarse. En el dorsal aparecerá el teléfono de la organización al que hay que llamar en caso de accidente o lesión.

Una vez protegido el lugar, a los asistentes, a la víctima y solicitada ayuda, nos queda el siguiente paso que es **SOCORRER**. La ayuda y asistencia inmediata, aunque limitada y temporal en el lugar del accidente es de vital importancia para que luego el trabajo de los sanitarios y rescatadores llegue a buen puerto.

Los deportistas que llamen al teléfono de emergencias que figurará en todos los dorsales en caso de accidente o el responsable de la organización que acuda al lugar del accidente, deberán permanecer con el accidentado hasta que llegue personal de rescate o ayuda para llevarlo a cabo.

7.- AYUDA EXTERNA

Ante un accidente el personal de la organización o los deportistas afectados o que acudan en ayuda de un deportista accidentado se pondrán en contacto (vía telefónica) con el Responsable de Seguridad (cuyo teléfono estará indicado en el dorsal de la prueba de cada participante), quien dará las instrucciones y avisos pertinentes, y determinará la organización del desplazamiento. Le señalarán la ubicación exacta de ubicación del accidentado, describiendo la situación física del accidentado en orden a valorar la actuación.

El responsable de seguridad determinará si procede movilizar la ambulancia o en su caso la llamada al 112 ASTURIAS para el empleo de otros medios (situación que se reservará para casos excepcionales).

En caso de que se produzca esta llamada excepcional habrán de notificarse al SEPA (112)

los siguientes datos:

1.- ACTIVIDAD (Se remitirán datos previos al SEPA)

2.- LOCALIZACIÓN:

- Zona más próxima.
- Coordenadas geográficas o UTM.
- Forma de contacto (radio, teléfono...)

3.- ACCIDENTE:

- Tipo de accidente.
- Persona afectada.
- Situación accidentado

4.- CUALQUIER OTRA DE INTERÉS Y QUE PUEDA SER DE INTERÉS PARA LOS SERVICIOS DE RESCATE (por ejemplo, enfermedades, alergias, necesidad de tratamientos específicos o medicamentos...)

5.- METEOROLOGÍA EN LA ZONA

6.- INDUMENTARIAS PARA SU LOCALIZACIÓN (color de ropa, chaleco, número de dorsal).

7.-ACCESOS (camino o viales de acceso, posibilidad aterrizaje helicóptero,líneas eléctricas...).

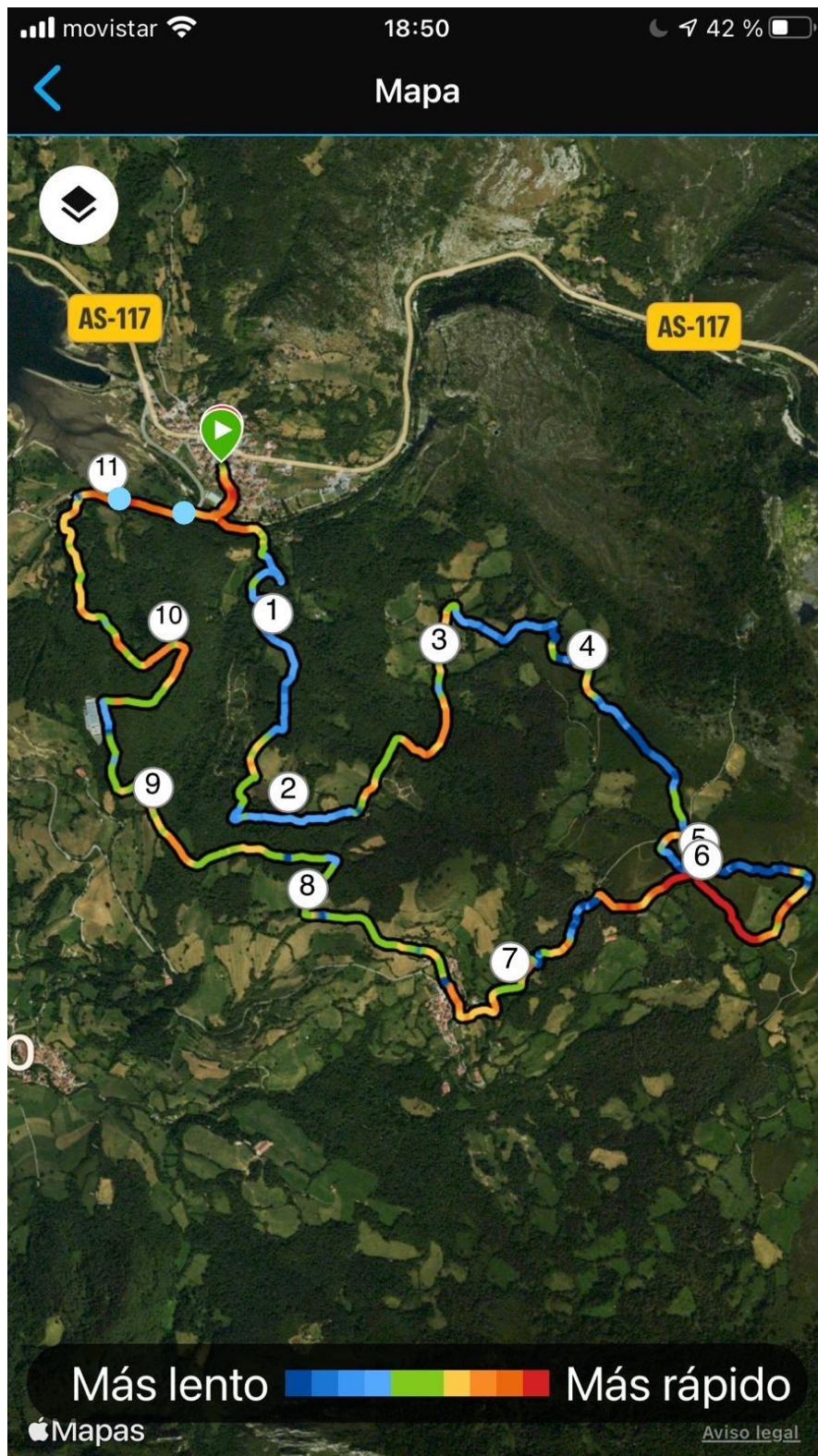
8.- MEDIDAS EXCEPCIONALES

La carrera podrá ser suspendida si las condiciones meteorológicas así lo aconsejan, bien por la situación, en base a las previsiones realizadas por AEMET y fundamentalmente en base a los Comunicados de fenómenos adversos que el 112 Asturias envía a las Administraciones Públicas y en este caso al propio Ayuntamiento de Sobrescobio. Así mismo, también se suspenderán si la autoridad competente así lo determina, como puede ser por motivo de activación de un plan de protección civil o similar.

9.- CRUCE DE CARRETERA

Los participantes en las dos carreras cruzarán la carretera SC-1 en dos ocasiones, en la parte final del recorrido

11



El primero de ellos, a 800 metros de la meta, en el lugar conocido como cruce del cementerio de Santa María la Real de Oviñana de Rioseco, en el punto kilométrico +800 de la carretera SC-1 Rioseco a Soto de Agues.

Hora prevista de paso: A partir de las 11:20 h y hasta las 12:45 h. Pasada esta hora el puesto quedará de retén, ante la posibilidad de una evacuación y hasta el paso del cierre de carrera.

12

El corte de la carretera y la señalética inmediata se llevará a cabo, con dirección del Responsable de Seguridad de la carrera, por personal de Protección Civil de Caso (dos personas mínimo, con carácter permanente), que desempeñarán la labor en el primer cruce de carretera.

El segundo de ellos, a 200 metros de la meta, en el lugar conocido como Xienra, en el punto kilométrico +200 de la carretera SC-1 Rioseco a Soto de Agues.


Hora prevista de paso: A partir de las 11:20 h y hasta las 12:45 h. Pasada esta hora el puesto quedará de retén, ante la posibilidad de una evacuación y hasta el paso del cierre de carrera.

El corte de la carretera y la señalética se llevará a cabo, con dirección del Responsable de Seguridad de la carrera, por personal de Protección Civil de Caso (dos personas mínimo, con carácter permanente), que desempeñarán la labor en el segundo cruce de carretera.

La distancia de este puesto al otro punto de cruce de carretera es de 600 metros.



10.- ORGANIGRAMA

	RESPONSABLE DE SEGURIDAD* (SALIDA/META) PUESTO MÉDICO AVANZADO (PMA)			
	DENOMINACIÓN PUESTOS	COLLÁ DE LADINES	LOCALIDAD DE LADINES	CAMINO DEL CEMENTERIO
RESPONSABLE	1 RESPONSABLE DE PUESTO*	1 RESPONSABLE DE PUESTO*		
CARACTERÍSTICAS	Avituallamiento	Avituallamiento	Cruce de Carretera	Cruce de Carretera
PUNTO DE EVACUACIÓN	Sí	Sí	No	No
PERSONAL Y ELEMENTOS	Personal de la Organización	Personal de la Organización Ambulancia	Protección Civil (PC*)	Protección Civil (PC*)

(*) El Responsable de Seguridad y el de cada uno de los puestos serán propios de la Organización

(PC) Protección Civil de Caso apoyará los dos cruces de carretera con dos efectivos en cada uno de ellos

Dotación Médica: Su dotación será de dos Ambulancias, una SVP y otra ordinaria y un médico especialista.

Integrado en la estructura organizativa y de seguridad existe un Equipo de Cierre de carrera.