



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

LA SICUREZZA NEL TRAIL

L'aumento esponenziale degli appassionati di trail ha portato negli ultimi tempi a valutare nuove problematiche in termini di sicurezza in montagna.

Infatti alcuni aspetti legati a questa pratica sportiva in casi specifici possono mettere a rischio l'incolumità della persona.

L'ambiente montano può presentare dei pericoli per l'uomo: il terreno, la sua morfologia, le rocce, la neve, il ghiaccio, le variazioni climatiche costituiscono le premesse per il crearsi di condizioni di pericolo. La frequentazione "occasionale" ha fatto sì che, per molte persone, i segnali che provengono dall'ambiente non siano così facilmente interpretabili: spesso si è così concentrati sulla competizione da non rendersi neppure conto delle condizioni meteorologiche.

Un aspetto che colpisce, in particolare appunto nelle competizioni, è la scarsa percezione di condizioni avverse o di situazioni di pericolo determinata da un lato da quello che viene denominato "effetto gregge", cioè a quel fattore che fa aumentare il senso di sicurezza del singolo quando si trova in un gruppo; dall'altro, dalla "sindrome del lupo", ovvero dalla volontà di "marcare la traccia per primo", dovuta alla carica agonistica.

Il pericolo può essere suddiviso in due tipologie: pericoli oggettivi e pericoli soggettivi.

Partiamo dai secondi, che sono strettamente legati al singolo trail runner.

I pericoli soggettivi:

- equipaggiamento non idoneo all'attività che si vuole svolgere e/o alle condizioni meteorologiche;
- mancanza di allenamento o di preparazione specifica;
- mancanza di tecnica e d'esperienza;
- alimentazione non adatta agli sforzi da compiere;
- imprudenza, disattenzione;
- sopravvalutazione della propria preparazione;
- sottovalutazione delle difficoltà della gara (percorso, lunghezza, dislivello);
- emotività, mancanza di volontà e di carattere.

In generale questi fattori possono essere ridotti o addirittura eliminati con la preparazione tecnica e con un minimo di prudenza.

I pericoli oggettivi:

Sono sostanzialmente dovuti a fattori esterni legati principalmente all'ambiente naturale e alle condizioni meteorologiche; tuttavia, come si può facilmente evincere dalle statistiche del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico, la maggior parte degli incidenti è dovuta alla combinazione di pericoli oggettivi e di pericoli soggettivi.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

Esaminiamo i principali pericoli oggettivi:

1. Il freddo

Il pericolo dovuto alla bassa temperatura, alla caduta di pioggia o di neve o al vento, dipende dal fatto che il corpo umano subisce forti perdite di calore, che diventano più intense quanto meno isolanti sono gli indumenti indossati, più bassa la temperatura, più forte il vento. Il corpo umano perde calore a causa quattro meccanismi: l'irradiazione, la conduzione, la convezione e l'evaporazione del sudore dalla cute e dall'acqua delle mucose dell'apparato respiratorio. Infine l'organismo perde calore con la sudorazione e successiva evaporazione. Il corpo umano suda sempre in modo impercettibile perdendo circa 30 ml circa di liquido all'ora. La quantità aumenta se deve difendersi dal caldo o nel caso di attività fisica. Sudorazione ed evaporazione avvengono anche quando la temperatura esterna è molto bassa. Se gli indumenti si inzuppano di sudore (o si bagnano per la pioggia), l'isolamento si riduce e la temperatura corporea si abbassa rapidamente. Se esposto al freddo, l'organismo reagisce al fine di ridurre il più possibile la dispersione di calore mettendo in atto meccanismi di difesa: aumento dell'attività muscolare incontrollata (brividi e sbattimento di denti), aumento della fame, vasocostrizione cutanea, orripilazione (pelle d'oca). Se, nonostante questi meccanismi la temperatura interna dell'organismo scende al di sotto dei 35°C, si arriva all'ipotermia. Si manifesta allora una diminuzione della pressione arteriosa fino alla perdita di coscienza, e più tardi alla morte. Oltre all'ipotermia, l'esposizione a basse temperature del corpo umano, soprattutto con elevata umidità ed indumenti che ostacolano la circolazione del sangue (scarpe, mutande, giacconi, ecc.), può portare a lesioni da freddo. Esse si manifestano con perdita di sensibilità termica e dolorifica della parte interessata, sino ad arrivare all'ulcerazione e alla necrosi (distruzione del tessuto).

In caso di attività con basse temperature o con previsioni di vento o di precipitazioni, è quindi opportuno avere al seguito adeguato abbigliamento, considerando che possa capitare di doversi fermare e che quindi il corpo non sia più in grado di produrre calore con il movimento.

Il vento in particolare ha il potere di raffreddare notevolmente il corpo umano.

L'effetto "Wind Chill" - L'indice di raffreddamento, che in linguaggio tecnico viene definito Wind Chill, ci dice qual è la temperatura che le parti scoperte del corpo percepiranno nel caso in cui ci sia vento; quest'ultimo infatti, determina una maggiore perdita di calore da parte della pelle per evaporazione (di sudore o acqua piovana).

Essere consapevoli di questo fenomeno significa poter prevenire situazioni che potrebbero causare gravi disagi o addirittura ipotermia in mancanza di adeguati indumenti protettivi.

Alle nostre latitudini, viene generalmente utilizzato nei periodi freddi con temperature inferiori ai 10°C per stabilire il grado di disagio che avvertiremo durante la giornata, in modo da rendere possibile la scelta di indumenti adatti per una più efficace protezione.

Questo indice, ci darà quindi la TEMPERATURA PERCEPITA e NON quella REALE che è quella registrata dalle centraline di rilevamento, ciò significa che se quest'ultima è ad esempio 5°C, ma la presenza di vento determina un Wind Chill di -3°C, state pur certi che l'acqua non ghiaccerà.

La successiva tabella evidenzia i valori di temperatura percepita in funzione della velocità del vento.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Consiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

Vento Km/h	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90
°C	TEMPERATURA PERCEPITA																
10	8	5	4	2	1	0	-1	-1	-2	-2	-3	-3	-3	-3	-3	-3	-3
9	7	4	2	1	0	-1	-2	-3	-3	-4	-4	-5	-5	-5	-5	-5	-5
8	6	3	1	0	-2	-3	-4	-4	-5	-5	-6	-6	-6	-6	-7	-7	-7
7	5	2	0	-2	-3	-4	-5	-6	-6	-7	-7	-8	-8	-8	-8	-8	-8
6	3	1	-2	-3	-5	-6	-7	-7	-8	-8	-9	-9	-9	-	-	-	-
5	2	-1	-3	-5	-6	-7	-8	-9	-9	-	-	-	-	-	-	-	-
4	1	-2	-4	-6	-7	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	0	-3	-5	-7	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	-1	-4	-7	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1	-2	-5	-8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
0	-3	-7	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-1	-4	-8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-2	-5	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-3	-6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-4	-7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
-5	-9	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

 = Freddo, molto freddo
 = Rischio

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

2. Il sole e il caldo

Svolgere attività in giornate calde può portare a problemi di vario tipo, dalla semplice necessità di assumere più liquidi, al colpo di calore, al colpo di sole, a problemi agli occhi o alla pelle.

Il colpo di calore si verifica quando, per l'eccessiva temperatura esterna e per difetto dei meccanismi di termoregolazione, la temperatura del corpo sale dai circa 37°C abituali a valori di 40 - 42°C. L'evaporazione del sudore è il più importante meccanismo di difesa contro l'eccessivo riscaldamento del corpo, ma in presenza di notevole umidità dell'aria e di scarsa ventilazione (assenza di vento, indumenti antitraspiranti), l'evaporazione non può avere luogo. Lo sforzo eccessivo, determinando un aumento del calore interno, aumenta il rischio di un colpo di calore. I sintomi vanno da una profonda astenia fino al proprio vero collasso, il respiro si fa affannoso, la frequenza cardiaca aumenta, la pressione arteriosa si abbassa, compaiono cefalea, nausea e vomito, la pelle diviene in una prima fase secca, calda ed arrossata, in un secondo tempo si fa grigia e cianotica. La temperatura del corpo sale ai 40-42°C. Se in precedenza sono stati persi, con l'abbondante sudorazione, molta acqua e molti sali minerali, compaiono i segni della disidratazione e i crampi muscolari. Nella fase iniziale può essere sufficiente fermarsi all'ombra, togliersi o sbottonarsi gli indumenti e bere abbondantemente bevande fresche. Nei casi più gravi, occorre immediatamente refrigerare il corpo con impacchi freddi o con immersione in acqua fredda per riportare rapidamente la temperatura corporea sotto i 39°C, in modo da evitare lesioni cerebrali da ipertermia, che si manifestano con agitazione psichica, confusione mentale e coma. Alle applicazioni fredde deve seguire la reidratazione e il riposo in ambiente fresco e ventilato. Utili gli analgesici e gli antipiretici per contrastare il mal di testa e abbassare la febbre.

Colpo di calore o insolazione - È provocato dal riscaldamento eccessivo della testa con irritazione delle meningi ed è causato prevalentemente dai raggi solari infrarossi. Colpisce chi si espone per molto tempo al sole a capo scoperto. I sintomi sono: cefalea intensa, dolore al movimento del collo, nausea, vomito, confusione mentale, sino al coma nei casi più gravi. È necessario ripararsi all'ombra e al fresco, applicare acqua fredda sul capo, bere molto a piccoli sorsi, utili gli analgesici per il mal di testa e la febbre.

Oftalmia - La luce molto intensa irrita la congiuntiva provocando arrossamento dell'occhio, lacrimazione e prurito bruciante come se si avesse della sabbia negli occhi. Il fenomeno viene chiamato lucite od oftalmia solare. Anche la retina può essere danneggiata e si ha allora una cecità temporanea a macchia nera o scotoma. Subiscono più danni gli individui con pelle e occhi chiari. Un buon paio di occhiali elimina il pericolo.

Scottature solari - Le scottature solari sono lesioni cutanee dovute ai raggi solari sia diretti che riflessi. Le scottature solari sono di due gradi:

- 1°grado: semplice arrossamento o eritema, con bruciore e successiva "spellatura". È sufficiente applicare acqua fredda o ghiaccio, crema doposole o crema al cortisone;
- 2°grado: formazione di bolle piene di liquido sieroso chiaro; si deve disinfettare e tenere al riparo da polvere e sporco per evitare infezioni. La pelle ricresce nel giro di alcuni giorni. Qualche analgesico può essere utile in caso di bruciore intenso. La prevenzione si effettua applicando creme protettive.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Consiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

3. I fulmini

I decessi causati dal fulmine sono abbastanza rari, tuttavia in caso di temporali è opportuno adottare alcune precauzioni per cercare di ridurre al minimo il rischio di folgorazione.

Praticamente tutti gli incidenti causati da fulmini si verificano all'aperto. Il fulmine preferibilmente si abbatte su punti che sporgono sensibilmente rispetto al piano di campagna (alberi, torri, spuntoni rocciosi, ecc.). Il luogo va considerato potenzialmente pericoloso per un raggio di circa trenta metri dal punto di scarica

La scarica può essere diretta (la corrente passa attraverso il corpo scaricando verso terra e questo generalmente porta alla morte per folgorazione) oppure indiretta (quando ci si trova nei pressi del punto dove si è scaricato il fulmine e una parte della corrente può attraversa il corpo o una parte di esso).

Le situazioni variano in funzione dell'intensità della scarica, del grado di isolamento, della situazione contingente (corpo bagnato, contatto con funi metalliche, punti di contatto con il terreno).

Punti pericolosi - In caso di temporali con scariche elettriche è preferibile evitare di sostare sotto gli alberi isolati o con rami che si abbassano fino al suolo e sul limitare del bosco con alberi d'alto fusto. Sono pericolosi gli oggetti sporgenti quali cime, creste, torri, tralicci, gru. Possono pure essere pericolose piscine o laghi, soprattutto lungo la riva, barche con alberi di metallo, vie ferrate. Canaloni o colatoi dove scende l'acqua piovana possono costituire una via preferenziale per la scarica. Bisogna inoltre evitare di portare oggetti esposti (sci, piccozze, bastoncini, ecc.). Oggetti metallici portati sull'imbragatura o nello zaino non sono un pericolo particolare perché non attirano il fulmine, ma potrebbero comunque favorire delle bruciate.

Dove cercare riparo? - Buoni ripari sono: le abitazioni, i bivacchi con struttura metallica in quanto la corrente "scivola" sopra scaricandosi a terra, le autovetture, le caverne o anfratti rocciosi, a patto che siano abbastanza profondi da permettere di stare almeno a un metro dall'ingresso e lontani dalle pareti.

Anche il bosco con alberi di altezza simile in genere può essere considerato un buon riparo evitando però di appoggiarsi agli alberi.

E' sicuro anche sostare sotto ai cavi delle linee dell'alta tensione o di cavi a sbalzo avendo l'accortezza di stare lontani dai tralicci. In mancanza di un riparo si deve evitare di stare in piedi, cercare di rannicchiarsi, mai distendersi cercando di ridurre il più possibile il contatto con il terreno. Se si è in gruppo non ci si deve tenere per mano. Buona norma è anche quella di spegnere il telefono cellulare. Le persone colpite da fulmine generalmente non sono cariche elettricamente e dunque normalmente non si rischia nulla a prestare loro soccorso.

4. Nebbia o scarsa visibilità.

In caso di nebbia o di scarsa visibilità, per esempio di notte, può succedere di smarrirsi o di perdere la traccia del percorso. È preferibile tornare indietro fino a ritrovare il sentiero, la segnaletica o le balise evitando di incamminarsi alla cieca. È importante cercare di prestare attenzione ai luoghi in modo da poter riconoscere i tratti già percorsi in precedenza.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cangiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

CONSIDERAZIONI FINALI

La prima riflessione va fatta sul "materiale obbligatorio" che spesso viene elencato nei regolamenti delle competizioni più impegnative.

Uno degli aspetti che deve essere preso in considerazione è il fatto che finché si corre e fisicamente si sta bene è possibile affrontare temperature relativamente fredde anche con un vestiario leggero. Il problema nasce quando piove, c'è la presenza di vento oppure per motivi vari (incidente, stanchezza, malessere) si è costretti a rallentare o addirittura a doversi fermare. A questo punto il corpo non è più in grado di produrre il calore necessario e si può andare incontro a seri problemi. Quindi, avere al seguito il **vestiario adeguato** alle quote, alla stagione e alle condizioni meteo previste non è "obbligatorio" perché è scritto nel regolamento, ma per semplice buon senso.

Lo stesso discorso, ma nel caso opposto, cioè di condizioni estive di caldo, è imperativo avere al seguito un certo quantitativo di **liquidi per reidratarsi**: a volte la distanza tra un ristoro e l'altro, se in termini di chilometraggio può sembrare contenuta, in termini di tempo di percorrenza può essere abbastanza lunga se per esempio ci sono ripide salite, tali da sottoporre il fisico a stress per mancanza di idratazione.

Per quanto riguarda la **lampada frontale** con batterie di scorta va fatta una semplice considerazione: avete mai provato a cambiare le batterie al buio? Quindi forse è più semplice avere due lampade... come appunto scritto in qualche regolamento.

Anche il **fischietto** spesso compare nell'elenco del materiale obbligatorio. Come si legge nel successivo paragrafo riguardante la richiesta di soccorso, i segnali internazionali prevedono un sistema di comunicazione basato su fischi, urla o segnali luminosi ripetuti in cadenza regolare. È molto più facile farsi sentire da lontano con un buon fischietto, che oltretutto pesa pochissimo (in alcuni zaini è addirittura integrato nello spallaccio), piuttosto che con grida di aiuto.

La **coperta isotermica** (telo termico) è un presidio medico utilizzato per contribuire alla stabilizzazione termica dei pazienti, sia per mantenere il calore in caso di ipotermia che per rifletterlo in caso dei colpi di calore.

Il telo viene usato per coprire il paziente e utilizzato quasi sempre in caso di incidenti stradali, traumi, ustioni, ipotermie e colpi di calore. Ha uno spessore simile a quello della carta stagnola in alluminio. Il telo è formato da due strati, uno argentato ed uno dorato: la superficie dorata si lascia attraversare facilmente da calore e raggi solari, mentre quella argentata tende a rifletterli.

In caso di trauma o ipotermia si rivolge la faccia di colore argento verso il paziente, in modo che la coperta abbia la funzione di mantenere all'interno il calore corporeo.

In caso di colpo di calore si lascia invece la faccia di colore argento esternamente rispetto al paziente, in modo che la faccia dorata interna abbia la funzione di facilitare la dispersione del calore corporeo e quella argentata di evitare che quello proveniente dall'esterno, soprattutto sotto forma di raggi solari, possa raggiungere la cute.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

RICHIESTA DI SOCCORSO

In caso di necessità, la chiamata di soccorso deve avvenire tramite il numero unico di emergenza sanitaria 118 o tramite i numeri di soccorso specifici, comunicando con chiarezza queste informazioni:

- da dove si sta chiamando (specificando all'operatore che ci si trova in montagna o in grotta);
- il numero di telefono da cui si sta chiamando; il telefono non deve mai essere abbandonato (se la chiamata dovesse interrompersi è importante che il telefono venga lasciato libero per consentire alla Centrale operativa di richiamare);
- l'esatta località dove è ubicata l'area da cui si sta chiamando (Comune, Provincia o sicuramente un riferimento importante di ricerca rilevabile sulla cartina);
- la propria posizione se in possesso di altimetro (opportunitamente tarato) o GPS;
- indicazioni in merito a cosa è visibile dall'alto (pendio, bosco, cima, rifugio, ecc.);
- cosa è successo;
- quando è successo;
- quante persone sono state coinvolte nell'incidente;
- le proprie generalità (fondamentali);
- le condizioni evidenti della/e persona/e coinvolta/e: difficoltà respiratorie, coscienza, perdita di sangue, traumi visibili, ecc;
- l'esatta posizione del ferito (se seduto, se disteso supino, se disteso prono, se appeso, ecc).

È indispensabile rispondere in maniera completa alle domande dell'operatore che avvia l'intervento di soccorso e raccoglie dati fondamentali per l'ottimizzazione dell'intervento stesso.

CONSIDERANDO CHE L'INTERVENTO IN MONTAGNA PUÒ ESSERE ESEGUITI CON O SENZA L'AUSILIO DELL'ELICOTTERO, È BENE INFORMARE L'OPERATORE IN MERITO A:

- tempo impiegato a piedi dall'automezzo al luogo dell'evento;
- condizioni meteo sul posto;
- condizioni del terreno;
- presenza di vento;
- visibilità sul posto;
- presenza nell'area dell'evento di fili a sbalzo, funivie, linee elettriche ecc.

È fatto obbligo a chiunque intercetti una chiamata di soccorso avvisare tempestivamente la Centrale operativa del Soccorso alpino e speleologico.

A. Intervento con l'elicottero

Quando esistono le condizioni meteorologiche e ambientali che ne permettono l'operatività e la gravità dell'infortunato ne giustifica l'utilizzo, l'intervento di soccorso è effettuato con l'impiego dell'elicottero.

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

L'arrivo dell'elicottero sul luogo dell'evento pone dei problemi di comportamento e di comunicazione che devono essere conosciuti da chi assiste l'infortunato. Di regola, la possibilità di parlare via radio con l'equipe di volo è riservata ai tecnici specialistici. Potrebbe quindi essere particolarmente importante conoscere alcuni semplici segnali visivi internazionali convenzionali, che permettono le comunicazioni essenziali.

SEGNALI INTERNAZIONALI IN PRESENZA DELL'ELICOTTERO

Sì (YES) abbiamo bisogno di soccorso: **atterrate qui**

No (NO), non abbiamo bisogno di soccorso: **non atterrate qui**



Una sola persona assume la funzione di comunicatore, si pone con le spalle al vento e rimane ferma durante l'avvicinamento dell'elicottero. Quando il pilota si appresta ad atterrare, il segnalatore si accuccia a terra e rimane immobile. Tutti gli altri presenti si allontanano dal luogo del soccorso. L'intervento dell'elicottero in montagna avviene in condizioni da considerarsi sempre ad elevata criticità, pertanto è opportuno che tutti conoscano alcune semplici regole di comportamento per agevolare, o perlomeno per non intralciare, le operazioni di soccorso.

Se il terreno lo permette, l'elicottero effettuerà una manovra di atterraggio: questa operazione può avvenire solo in zone lontano da teleferiche, linee elettriche, piante ed altri ostacoli. La zona di atterraggio deve altresì essere ben individuabile dall'alto. In tal caso le persone presenti sul luogo dell'evento devono:

- sgombrare il luogo da zaini, indumenti e tutto ciò che può volare via;
- allontanarsi dal luogo dell'atterraggio mettendosi in posizione di sicurezza;
- tenere i bambini per mano ed i cani al guinzaglio;
- rimanere fermi senza allontanarsi e tanto meno avvicinarsi all'elicottero durante e dopo la manovra;
- per nessun motivo ci si avvicina all'elicottero dalla parte posteriore;

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbri del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264



FREGONA TRAILFEST

www.fregonatrailfest.it

Nonostante le indicazioni che vengono date, sarà il pilota a decidere il luogo di atterraggio e la manovra da effettuare.

Quando il terreno non permette l'atterraggio, il pilota può decidere di avvicinarsi al luogo dell'incidente adottando una manovra di volo stazionario (hovering); l'elicottero si mantiene fermo a poca distanza dal terreno, a volte appoggia un solo pattino. La manovra è particolarmente delicata e impegnativa per il pilota che deve mantenere l'elicottero in equilibrio precario; lo sbarco dei soccorritori e l'imbarco dell'infortunato devono avvenire con la massima delicatezza e in perfetta sintonia sotto l'autorizzazione del personale di volo. Nessuno e per nessun motivo deve avvicinarsi all'elicottero, specialmente nella zona posteriore e nella parte alta del pendio dove le pale possono girare a pochissima distanza dal terreno. Su terreno verticale o in situazioni dove non è possibile adottare manovre di atterraggio o di hovering, viene impiegato il verricello. Dall'elicottero in volo stazionario sulla verticale del luogo dell'incidente, viene calato il tecnico del soccorso alpino che, valutata la situazione, sarà raggiunto con la stessa modalità dall'équipe sanitaria. Anche in questo caso, nessuno deve avvicinarsi alla zona dove opera l'elicottero; sarà il tecnico di soccorso alpino a chiedere se e come collaborare per le operazioni di soccorso.

SEGNALI INTERNAZIONALI DI RICHIESTA SOCCORSO

Quasi tutte le chiamate di soccorso ormai giungono attraverso i cellulari, ma spesso ci si può trovare in zone d'ombra, in questo caso è bene conoscere quali siano i segnali internazionali di soccorso:

CHIAMATA: lanciare sei volte in un minuto (ogni dieci secondi) un segnale ottico o acustico (urlo, fischio, luce con torcia o lampada frontale, ecc.). Ripetere i segnali dopo un minuto.

RISPOSTA: lanciare tre volte in un minuto (ogni venti secondi) un segnale ottico o acustico.

Il numero unico per l'emergenza sanitaria, attivo su tutto il territorio nazionale, è:

118
**Emergenza
Sanitaria**



(FRANCIA 15; SVIZZERA 144; GERMANIA 110; AUSTRIA 144; SLOVENIA 112)

ORGANIZZAZIONE: Comune di Fregona | Proloco di Fregona | Scuola di Maratona Vittorio Veneto | Cimbrì del Cansiglio



SCUOLA DI MARATONA VITTORIO VENETO A.S.D. -- Via A. Marson, 54 31029 Vittorio Veneto
Codice Fiscale: 93013790261 Partita IVA 04550490264