

Puente Colgante
<p>Montaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conectarse a la línea de seguridad para montar las poleas, las cuales deben quedar alineadas y con la apertura del gatillo de los mosquetones, hacia abajo. - La polea de rescate debe quedar conectada detrás de las de los clientes. - Presentar los cascos en bancas.
<p>Operación</p> <p><i>Introducción:</i></p> <p>Explicar la dinámica de la prueba ejemplificando con un pasajero la forma de cruzar por el puente, indicando que van tomados del brazo (tipo caminata al altar) y coordinando los pasos de los pies exterior e interior. Mencionar que al final del puente se deben girar de a uno para retornar.</p> <p>Lo ideal de esta prueba es hacerla sin tocar la cinta de seguridad, pero si notamos a alguien nervioso o estamos en contra del tiempo, podemos dar la facilidad de que con la mano libre pueden tomar su propia cinta para que les dé mayor confianza.</p> <p><i>Instrucciones de seguridad:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No enrollar la línea de seguridad en la mano. 2. No hacer ningún movimiento innovador. <p>Responsabilidades de <i>guía:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuidar de que los pasajeros no se sienten en el respaldo de las bancas ni que asomen su cuerpo fuera de baranda. - En caso de caída repentina. El guía debe evaluar si los pasajeros pueden retomar la actividad o ir a rescatarlos.
<p>Desmontaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Solo dejar todo ordenado y poner los letreros de no pasar en cada plataforma.
<p>Ejemplos de contenido y reflexiones: Confianza</p> <p>¿Qué te hace ser una persona confiable?</p> <p>¿Qué te ayudo continuar?</p>

Tirolesa Doble



Montaje

Al subir los cascos, considerar trasladar los 6 cascos alondrados con un cordón procurando no mover rápido el cordón para evitar quemar los elementos del casco (cintas y plásticos) y evaluar subir casco XL y S.

Dejar las poleas sobre cubierta en un lugar que sea de fácil manejo para el guía.

Cascos, guantes, lentes y arnés de pecho deben quedar ordenados facilitando así, el manejo del guía o encargados de seguridad de cada equipo.

Operación (instrucciones a público)

Instrucción general: Tirolesa que comprende dos trayectos que pasan por 3 plataformas, nos encontramos en la P1 en frente podemos ver la P2 y desde ahí se trasladan a P3. Luego vuelven caminando, siguiendo la baranda azul a este punto por lo que nadie que no quiera cruzar quedara solo y pueden dejar todo lo elementos que les incomode en este lugar.

Instrucciones de seguridad:

Mostrar el sistema de soporte (Cilindro anti giro, polea, mosquetones y cintas) indicando que el eslabón menos fuerte resiste más de 1500 kg para que no se preocupen por la resistencia. De lo que, si se deben preocupar, es de seguir la norma que mientras están en movimiento sus manos no van al cable y se mantienen en el dispositivo. Dar a conocer que no se deben preocupar del frenado, pero sí de levantar sus pies al llegar a la plataforma. Por ultimo indicar que el regreso caminando (P3 a P1) que sea con calma, en especial al subir la escalera que tiene peldaños altos. Antes de enviar a la persona chequear atentamente que no tenga elementos que se puedan enredar en la polea; cordeles de polerones, bufandas o pelo largo suelto, etc. Y asegurarse que no lleven elementos que puedan caer y poner en riesgo a otras personas.

Responsabilidades de los guías

Primera plataforma:

- ✓ Antes de lanzar a cada cliente, revisar los **8** puntos de seguridad de cada pax: **1**, casco (bien posicionado el casco y barbiqueo cerrado); **2, 3 y 4**, arnés pélvico (cintura pierna IZ. y pierna DE. todo bien posicionado y hebillas ajustadas); **5**, conexión de arnés pélvico a polea; **6** conexión de arnés de pecho (bien posicionado) a polea; **7**, conexión de polea a cable; **8**, conexión de sistema back up a cable (montado sobre polea). Luego invitar al cliente a sentarse en el arnés con sus piernas semi flectadas y con el tronco hacia atrás (para que el peso del participante se distribuya en el arnés de pecho), procura que el resto de sus compañeros observen esta postura en los primeros lanzamientos para optimizar los tiempos de operación.
- ✓ Observa que los receptores en plataforma se encuentran listos para recibir al cliente por lanzar.
- ✓ Informar a las plataformas de recepción las claves: **T1**, para personas pequeñas; **T3**, personas grandes; **A**, pasajeros altos; **N**, para indicar pasajeros nerviosos o con temor; **FD** Frenado Delicado, para pasajeros con alguna lesión o problema médico.
- ✓ En función de las condiciones ambientales (frio, calor, lluvia, viento, etc.) y las características del pasajero (T1, T2, T3, A), el lanzador de P1 debe evaluar si lo envía desde la escala (si llegan lento a P2) o desde la terraza de salida (si



llegan rápido a P2).

Segunda plataforma (continuar con las instrucciones anteriores):

- ✓ Habitualmente el guía de P2 marca los tiempos de rotación,.
- ✓ Tercera plataforma: En 3ra plataforma se debe desvincular a cada pax de la polea y “pedirle que la lleve en la mano izquierda sin golpearla”. Conjuntamente indicarle la dirección del rumbo y que lo hagan de manera calmada.
- ✓ El guía de P3 en los tiempos intermedios , tiene la responsabilidad de apoyar a P1 en lo que se necesite y evaluar condición del lanzador (nivel de concentración, cansancio, tamaños etc.).
- Recuerden informar “viento a favor” o “viento en contra” para informar velocidades de llegada en los extremos del recorrido.
- Si la comunicación radial falla la señal de espérame o tengo un problema es manos alzadas en forma de X. Si el mensaje fue; copiado o, todo ok, es con una mano empuñada brazo siempre alzado hacer como que golpeamos la cabeza con el puño subiendo y bajando la mano con el codo fijo a la altura de las orejas.

Desmontaje

Disponer en el bolso los arneses bien ordenados y que sirvan de amortiguación a los elementos de ferretería para minimizar cualquier golpe. Luego los guantes se guardan estirados y apilados en la parte más baja del bolso, la idea es que también sirvan de amortiguación ante posibles golpes cuando el bolso se utiliza como mochila. Finalmente dejar las poleas ordenadas y la bolsita de los lentes en la parte superior del bolso, cuando sea usado como mochila.

Ejemplos de contenido y reflexiones: *Compromiso / Círculo de preocupación e influencia.*

Después de que el encargado de reglamento lo lee hacer referencia al concepto de compromiso, el cual se ve reflejado desarrollar el recorrido o intentarlo.

¿Qué te motivo a cruzar por este circuito de tirolesas?

¿Qué temores quieres dejar en el aire?

Después del desarrollo de esta actividad hablar de la teoría de la “preocupación e influencia”.



Muro

Montaje

- Subir cascos vinculados al cierre de la bolsa.
- Sacar el “basurero guarda cuerda” de la cueva. Procura que esté limpio, sin polvo u otra suciedad.
- Reemplazar cordón por la cuerda de escalada, anudándola (pescador) para evitar que se desate. Finalizar este proceso haciendo un nudo simple al final de la cuerda.
- Hacer **nudo 8 de doble seno** o anilla por el extremo más cercano a la pared, poniendo un mosquetón en cada seno o anilla. Luego **montar el Gri-Gri procurando y chequeando que este en la posición correcta** (mirar el dibujo de postura) y no al revés.
- Dejar arnés de pecho, vendas, anilla de cinta cosida (T3) y cronometro a la vista y ordenados.

Operación

Introducción general:

Después de asegurarse que el equipo entendió las instrucciones (los que escalan en 1' sin venda v/s los que escalan en 3' con los ojos vendados, cuando las instrucciones se deben dar de espalda al muro, etc.) darles 1' para que se organicen. Mientras lo hacen, el guía identifica al que no escalará para que lleve los tiempos y a un encargado de seguridad (idealmente que no escale) que cumpla su rol (explicar postura de arnés de pecho) y agilice la ejecución de la prueba.

Previo al primer turno, explicar la posición del cuerpo para el descenso (sentado en el arnés tomando el nudo de la cuerda, con las piernas separas y semi flectadas para dar pequeños pasos hacia atrás).

Instrucciones de seguridad:

1. La fuerza la hacen las piernas y siempre debiese de haber tres puntos de apoyo en la pared, la extremidad libre busca una toma.
2. No tomar la cuerda que los asegura, esta se toma solo para bajar.
3. No saltar al descender ni hacer ningún movimiento innovador.
4. El encargado de seguridad no puede estar más adelante que el guía de Sureste.

Responsabilidades de guía:

- Revisar los **6** puntos de seguridad de cada escalador: **1** casco (bien posicionado el casco y barbiquejo cerrado); **2**, **3** y **4** arnés pélvico (Cintura, pierna I, pierna D. bien posicionado el arnés y hebillas ajustadas); **5** conexión de arnés pélvico a una de los bucles del nudo; **6** conexión del segundo bucle al arnés de pecho.



- Descender muy despacio a cada escalador para cuidar el quemado de la cuerda (por fricción con anclaje).
- Cuidar que los mosquetones del nudo 8, no se golpeen contra la pared ni el suelo.
- Velar por que el nudo, no suba de altura por tensión de efectuada al otro extremo de la cuerda.
- Cuidar que el pie de la pared este sin participantes mientras se escala.
- Vigilar constantemente que los participantes NO se sienten en pasamanos cercanos.
- Incentivar a que el foco se mantenga en el escalador o los que se preparan para hacerlo.

Desmontaje

- Cambiarla cuerda de escalada por la permanente, dejándola amarada en las primeras presas.
- Enrollar la cuerda lo más pequeña posible para que entre todo el equipo técnico en su bolsito de guardado.
- Dejar cubre cuerda “basurero recibe cuerdas” tapado y ordenado en la cueva.
- Siempre dejar las vendas utilizada en la bolsa para lavar y en el canasto de ropa sucia.

Ejemplos de Contenido y reflexiones:

¿Cómo estuvo la comunicación entre el escalador y el equipo o el escalador y el orientador?

A los escaladores ¿Cómo te sentiste mientras escalabas?

¿Qué problemas tuvo la comunicación y como los superaron?

Gran salto

Montaje

- Subir cascos vinculados al cierre de la bolsa.
- Conectarse a la línea de seguridad para montar las poleas, las cuales deben quedar alineadas y con la apertura del gatillo de los mosquetones, hacia abajo. Dejar anilla de cinta en mosquetón (*esta anilla es la que se usa para unir el arnés de pecho al sistema*), para evitar desgaste al dejarla alondrada a la madera.
- Dejar cascos, guantes y arnés de pecho, bien presentado en plataforma de salida.

Operación

Introducción general:

Demostración con la explicación de la dinámica de la actividad, mencionando que los cables tienen pendiente negativa hacia la plataforma (por eso cuesta llegar al otro lado) por ende el mismo sistema los devolverá a la plataforma de salida.



No es necesario demostrar el salto llegando hasta el testimonio, con uno pequeño es suficiente para demostrar que el sistema funciona y vuelve solo, también sirve para que los más asustados entiendan que con simplemente enfrentar al vacío la prueba ya se supera.

Instrucciones de seguridad:

1. Mantener siempre la cuerda en el frente.
2. “Tomar la línea de seguridad con mínimo una mano” por encima del nudo y por debajo de la altura de sus hombros. Pero el brazo es para mantener el rumbo, no para sostener nuestro peso.
3. Si llega al final, “NO darse impulso para devolverse”, el sistema lo hace solo.
4. Al regresar a la plataforma, tomar con sus dos manos la línea de seguridad “NO apoyar sus manos en el colchoneton (riesgo de doblarse la muñeca) y NO apoyarse del guía (riesgo de golpearlo)”.

Responsabilidades de guía:

- “Desclipear” al saltador/a lo más cerca de la escalera y advertirle que está libre y use el pasamanos.
- Estar atento a que los pasajeros no se sienten en los pasamanos o barandas.
- Velar por que el foco de la actividad es que el equipo anime a cada saltador. Que no decaiga con los últimos, sino mantener las arengas con todo los que salten.

Desmontaje

- Solo dejar todo ordenado.

Ejemplos de contenido y reflexiones: Cooperación

¿Se motivó (estimuló) con la misma intensidad cada integrante del equipo?

¿Qué ayudaría a mantener la motivación del equipo hacia su compañero?

Se puede aterrizar también con Enfoque Sistémico.

Cruce de apoyo

Montaje

- Al subir los cascos, considerar trasladar los 6 cascos alondrados con un cordón procurando no moverlo rápido para evitar quemar los elementos del casco y evaluar subir casco XL y S.
- Conectarse a la línea de seguridad para montar las poleas, las cuales deben quedar alineadas y con la apertura del gatillo de los mosquetones, hacia abajo.
- La polea de rescate debe quedar en bolso naranja, para evitar desgaste al dejarla alondrada a la madera.



- Dejar montado los mosquetones de la línea de seguridad de cada plataforma.
- Presentar los cascos en banca de Gran Peumo.

Operación

Introducción general:

Explicar la dinámica de la prueba ejemplificando con un pasajero, en el suelo, la forma de cruzar por los cables haciendo referencia a que cada dupla (más menos de la misma altura) debe cruzar tomada de los hombros, con las piernas semi flectadas, arrastrando los pies por sobre los cables. De igual manera es importante indicarles a los pasajeros que “en caso de que una persona miedo”, pueden tomar su propia línea de seguridad a la altura de su hombro y que, en caso de caída, tomando la misma línea se pueden reincorporar. En el caso de que no pueda incorporarse, el guía se acerca y los traslada a la torre más cercana.

Instrucciones de seguridad:

3. No enrollar la línea de seguridad en la mano.
4. No pueden subir participantes a la plataforma si ya hay una dupla + el encargado de seguridad en ella.
5. No hacer ningún movimiento innovador.

Responsabilidades de guía:

- Conectar a los pasajeros en cada plataforma, movilizándose por el puente y no por el lecho de la quebrada. En el caso de contar con encargados/as de seguridad, dejarlos a ellos/as y chequear que lo estén haciendo bien.
- Durante el desarrollo de la actividad el guía debe interpretar los movimientos corporales indicadores de que la persona se va a caer (tiritón extremo, bamboleo, o quedarse quieto mucho rato). Frente a esta situación solicitar al pasajero que se sostenga de la línea de seguridad con ambas manos e invitarlo a sentarse para evitar que se golpee con el cable.
- En caso de caída repentina. El guía debe evaluar si los pasajeros pueden retomar la actividad o ir a rescatarlos, acercándolos a la plataforma más cercana.
- De todas maneras debemos hacer todo lo posible para que los participantes no caigan y el afirmar los cables ayuda mucho.

Desmontaje

- Solo dejar todo ordenado y poner los letreros de no pasar en cada plataforma.

Ejemplos de contenido y reflexiones: Confianza

¿Qué te hace ser una persona confiable?

¿Qué te ayudo continuar? En los momentos de inestabilidad.



Balancín
<p>Montaje</p> <p>Dejar montado los cascos en bancas (no en plataforma) y cronómetros colgados en letrero de balancín.</p>
<p>Operación</p> <p><i>Instrucción general:</i></p> <p>Arriba del balancín se explica que con un cronometro se tomar los 3' de prueba y con el otro se ira tomando el tiempo de equilibrio, quedándose con el mejor tiempo.</p> <p>Seguidamente se les explica la posición de trabajo y seguridad (surfista), mencionándoles que el equipo se divide en dos grupos y que ningún integrante del equipo puede estar parado en el eje central de la plataforma ni tampoco con un pie sobre este.</p> <p><i>Instrucciones de seguridad:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Todos suben por extremo más bajo de la plataforma. 2. No poner sus pies pasado de los listones de los extremos. 3. Todos bajan por el extremo más bajo de la plataforma. 4. Para estar más estables, se les puede decir que se pueden afirmar de los compañeros que lo rodean. <p><i>Responsabilidades de guía:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Cronometrar los momentos de equilibrio. - Recordar las instrucciones de seguridad durante la ejecución ya que es una de las actividades más riesgosas del circuito ya que no hay sistema de seguridad más que el casco, normas claras y apoyo en el autocuidado. - Durante el desarrollo de la actividad el guía debe interpretar los movimientos corporales indicadores de que la persona se va a caer (perdida de equilibrio, ubicación del pax en el borde de la plataforma, cansancio u cualquier otra), para mejorarla y evitar un accidente.
<p>Desmontaje</p> <p>Dejar mesa debajo de balancín en un sector protegido y los cronómetros en el bolsillo chico del petate (Bolso militar verde).</p>
<p>Ejemplos de contenido y reflexiones: Coordinación / Compromiso /</p> <p>¿Se utilizó bien el recurso del tiempo, en la organización?</p> <p>¿Se respetó la estrategia acordada?</p> <p>¿Con que acciones se vio reflejado el nivel de compromiso?</p>



Tronco
<p>Montaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conectar la línea de seguridad al pilar, para montar las poleas, dejando la polea de rescate atrás de las otras. - Dejar montado los mosquetones de la línea de seguridad de los participantes con un giro en el pilar principal para evitar que se hallan movido cuando se requiera utilizar. - Presentar los cascos en el cubo de inicio.
<p>Operación</p> <p><i>Introducción:</i></p> <p>Explicar la dinámica de la prueba ejemplificando con un pasajero la forma de cruzar por los cables, haciendo referencia a que la confianza se graficará en que el que va primero no debe tocar la línea de vida ya que el segundo le dará confianza al sujetarlo del hombro o idealmente del arnés.</p> <p><i>Instrucciones de seguridad:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. No enrollar la línea de seguridad en la mano. 2. No subir a la plataforma si hay una dupla en ella. 3. No hacer ningún movimiento innovador. <p><i>Responsabilidades de guía:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Para conectar a los pasajeros a las líneas de seguridad, el guía debe ubicarse en la salida del tronco, obstaculizando la salida o exposición a una caída de altura. - Durante el desarrollo de la actividad el guía debe estar atento a que los paxs no se expongan a una caída en el borde de la piedra sin baranda. - En caso de caída repentina. El guía debe evaluar si los pasajeros pueden retomar la actividad o ir a rescatarlos, acercándolos a la plataforma de salida.
<p>Desmontaje</p> <ul style="list-style-type: none"> - Solo dejar todo ordenado y poner el letrero de no pasar.
<p>Ejemplos de contenido y reflexiones: Confianza</p> <p>¿Qué te hace ser una persona confiable?</p> <p>¿Qué te ayudo continuar? En los momentos de inestabilidad.</p>



PROTOCOLO ACTIVIDADES DE ALTURA

La “Ley 16.744”, Seguro Social contra accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, establece lo siguiente respecto trabajos o actividades de altura:

“Se considera trabajo en altura a todo aquel que se realice por encima de 1,8 metros sobre el suelo o plataforma fija, sobre pozos, cortes o voladizos. Para trabajos realizados en altura, el trabajador deberá utilizar arnés de seguridad o un equipo apropiado, que evite su caída.”

Dicho esto, en todas nuestras actividades de altura, parte del equipo de protección personal para nuestros clientes contempla uso de arnés pélvico y arnés de pecho.

Respecto al uso de arnés pélvico, informamos lo siguiente:

El peso máximo de la persona que realiza actividad de altura corresponde a 110 kg. Esta restricción es informada en la Ficha Medica del Participante. Si la persona excede este límite de peso, no puede realizar estas actividades, pero de igual manera debe ser miembro del equipo de trabajo ya que en promedio de las 5 actividades a realizar, máximo tres, son de altura. Es importante recalcar que el riesgo de tener un acontecimiento no deseado aumenta si la persona que responde encuesta **omite información sobre su peso verdadero.**

Adicionalmente, se menciona que el **perímetro máximo** del arnés pélvico es **de 125 centímetros** en la correa que se ajusta a las caderas del participante. Si la persona no excede los 110 kg pero el arnés no se ajusta como corresponde, el participante no podrá usar este equipo de protección personal.

En el momento en que el guía equipa a cada participante con arnés pélvico, el sobrante de la correa deber ser de mínimo una palma de mano del guía que realiza operación.

Es importante recalcar que los guías de actividad tienen la obligación y facultad de impedir que algún participante realice actividades de altura si la postura del arnés pélvico no permite el correcto ajuste informado anteriormente.

Junto con estas medidas, después de revisar la ficha médica del participante, **nos comunicaremos directamente** con las personas que exceden este límite de peso para dar la información discreta y responsablemente; además de explicar que el sentido de la jornada no se altera ya que sólo estaría exento de un par de actividades y hay muchas otras de gran importancia y significado que podrá realizar junto a sus compañeros.

