



PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

ESTÁNDAR DE COMPETENCIAS PROFESIONALES “ECP1641_2: Progresar con seguridad en cavidades y travesías de clase cinco de dificultad con curso hídrico activo”

LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene CARÁCTER RESERVADO, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, ORIENTÁNDOLE en qué medida posee la competencia profesional del “ECP1641_2: Progresar con seguridad en cavidades y travesías de clase cinco de dificultad con curso hídrico activo”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a:	Firma:
NIF:	
Nombre y apellidos del asesor/a:	Firma:
NIF:	

INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:

Las actividades profesionales aparecen ordenadas en bloques desde el número 1 en adelante. Cada uno de los bloques agrupa una serie de actividades más simples (subactividades) numeradas con 1.1., 1.2.,..., en adelante.

Lea atentamente la actividad profesional con que comienza cada bloque y a continuación las subactividades que agrupa. Marque con una cruz, en los cuadrados disponibles, el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de cada una de ellas. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda.
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda.
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

1: Analizar la información sobre el funcionamiento hidrológico de la cueva y el estado de los sumideros y surgencias rigurosamente para progresar con seguridad, observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
1.1: Relacionar la velocidad de variación de los goteos y del caudal de la cavidad con los cambios meteorológicos externos para prever posibles contingencias.	☐	☐	☐	☐
1.2: Identificar y analizar los elementos de la dinámica fluvial, el caudal, las dificultades, peligros y posibles zonas de paso, apoyo o seguridad del cauce hídrico activo, para determinar los tramos conflictivos y las posibilidades reales de superarlos, siguiendo criterios de peligrosidad y/o dificultad técnica.	☐	☐	☐	☐
1.3: Seleccionar la trayectoria en el cauce hídrico activo y las técnicas de progresión más seguras, teniendo en cuenta el material disponible y el análisis de la zona realizado para conseguir el objetivo previsto minimizando los riesgos.	☐	☐	☐	☐
1.4: Estimar la valoración de los riesgos laborales según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.	☐	☐	☐	☐

2: Trazar el plano topográfico de la cavidad utilizando los instrumentos de medición a distancia para concretar el recorrido.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
2.1: Manejar los instrumentos de medición de distancia, ángulos horizontales y verticales y altitud: cinta métrica, topofil, distanciómetro, brújula, clinómetro, altímetro y sistemas de posicionamiento global (GPS) con precisión para obtener los datos de distancia, rumbo, desnivel y altitud.	☐	☐	☐	☐
2.2: Determinar la situación de la boca de la cavidad mediante trisección inversa o sistemas de posicionamiento global (GPS) para su traslación al mapa topográfico.	☐	☐	☐	☐
2.3: Obtener los datos para realizar la espeleometría de la cavidad conforme a las especificaciones metodológicas programadas y se reflejan en la libreta topográfica para su posterior tratamiento espeleográfico.	☐	☐	☐	☐
2.4: Tratar matemáticamente e informáticamente la espeleometría de la cavidad para obtener los valores planimétricos y altimétricos de modo que permitan construir gráficamente el plano de la cavidad.	☐	☐	☐	☐
2.5: Utilizar los símbolos topográficos convencionalmente para representar los accidentes del relieve hipogeo en el plano.	☐	☐	☐	☐

3: Preparar el material deportivo que se utiliza en cavidades y travesías secas y con actividad hídrica y realizar su mantenimiento, para garantizar su operatividad evitando lesiones y/o accidentes, observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.1: Seleccionar el material deportivo y de equipamiento personal (pontónier, neopreno, cagoule), con criterios de oportunidad, peso y adecuación a las características personales y a las características de una cavidad de clase cinco y cursos hídricos activos, para asegurar el éxito de la actividad.	☐	☐	☐	☐
3.2: Seleccionar el material colectivo de equipamiento de instalaciones en travesía y cavidades con curso hídrico activo con criterios de prevención, seguridad y adecuación al grupo, para asegurar el éxito de la actividad.	☐	☐	☐	☐
3.3: Realizar el mantenimiento preventivo y operativo del material espeleológico acuático, frecuentemente para garantizar sus prestaciones.	☐	☐	☐	☐

3: Preparar el material deportivo que se utiliza en cavidades y travesías secas y con actividad hídrica y realizar su mantenimiento, para garantizar su operatividad evitando lesiones y/o accidentes, observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
3.4: Almacenar el material espeleológico acuático después de realizar un control pormenorizado del mismo, para asegurar su durabilidad.	☐	☐	☐	☐
3.5: Estimar la valoración de los riesgos laborales según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.	☐	☐	☐	☐

4: Instalar y equipar cavidades y travesías de clase cinco con cauces hídricos activos, de forma sencilla y confortable, siguiendo los protocolos de seguridad establecidos para realizar la actividad con éxito, observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
4.1: Interpretar las reseñas y fichas de instalación de travesías y cavidades con curso hídrico activo identificando su simbología y dificultad para actuar conforme al protocolo de seguridad establecido.	☐	☐	☐	☐
4.2: Realizar el protocolo de instalación de las fijaciones para garantizar la seguridad en: - Los anclajes sobre elementos naturales, comprobando la solidez de los árboles o rocas y siempre reasegurando. - El asiento del anclaje sobre la pared, evitando que al entrar en carga ni la placa de anclaje ni el mosquetón realicen palanca con las rugosidades de la roca. - Las fijaciones cercanas, procurando que guarden una distancia mínima entre ellas de 30 a 40 cm. - Las cabeceras y los anclajes principales instalando siempre doble fijación. - Las fijaciones, instalándolas fuera del máximo caudal de agua previsible. - El estado de roca verificando que siempre asegure su solidez. - Cada tipo de fijación, en función de las herramientas de instalación: manuales o mecánicas. - Los pozos con caída de agua instalando desviadores sucesivos para separar la instalación del eje de la caída de agua.	☐	☐	☐	☐
4.3: Realizar el protocolo de equipamiento en cavidades con curso hídrico para garantizar la seguridad en: - Las cabeceras de los pozos, limpiándolas previamente y evitando la caída de piedras. - La instalación vertical de cuerda realizándola lo más lejos posible del trayecto seguido por el agua. - El nudo de fin de cuerda y su correspondiente nudo de aviso, anudando antes empezar a equipar. - Que el factor de caída sea cero o lo más próximo a cero. - Las cabeceras y los anclajes principales reasegurándolos. - Los nudos evitando su roce con la pared. - Evitar los roces de la cuerda contra la roca, instalando	☐	☐	☐	☐

4: Instalar y equipar cavidades y travesías de clase cinco con cauces hídricos activos, de forma sencilla y confortable, siguiendo los protocolos de seguridad establecidos para realizar la actividad con éxito, observando las medidas de prevención de riesgos.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
fraccionamientos y desviadores. - Las placas de anclaje instalándolas en función del ángulo de tracción de la cuerda.				
4.4: Realizar las técnicas de equipamiento en travesía según el protocolo de seguridad establecido, teniendo en cuenta la solidez de la roca, el acceso seguro a la cabecera del descenso, el número y ubicación de los anclajes y la facilitación de las maniobras de cuerda para garantizar el éxito de la actividad.	☐	☐	☐	☐
4.5: Estimar la valoración de los riesgos laborales según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.	☐	☐	☐	☐

5: Superar las dificultades acuáticas de la cavidad, con y sin la ayuda de cuerdas, utilizando técnicas de natación y buceo para evitar o superar los elementos de la dinámica fluvial con eficacia y seguridad, observando las medidas de prevención de riesgos y continuar el recorrido porteando el material.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
5.1: Ejecutar las técnicas de progresión en cavidades con agua utilizando los equipos y medios pertinentes en cada caso y respetando los protocolos de seguridad en cada una de las acciones para garantizar el éxito de la actividad.	☐	☐	☐	☐
5.2: Identificar y analizar los elementos de la dinámica fluvial, el caudal, las dificultades, peligros y posibles zonas de paso, apoyo o seguridad, para determinar los tramos conflictivos y las soluciones más acertadas de superarlos, siguiendo criterios de peligrosidad y/o dificultad técnica.	☐	☐	☐	☐
5.3: Ejecutar la técnica de entrada en el agua o en el bote neumático en condiciones de seguridad propia y del material para conseguir el objetivo.	☐	☐	☐	☐
5.4: Realizar las técnicas de nado para progresar en el agua con eficacia, manteniendo el ritmo y garantizando la seguridad propia y la del material.	☐	☐	☐	☐
5.5: Realizar las técnicas de nado en apnea para superar un obstáculo por debajo del agua o recuperar el material hundido.	☐	☐	☐	☐

5: Superar las dificultades acuáticas de la cavidad, con y sin la ayuda de cuerdas, utilizando técnicas de natación y buceo para evitar o superar los elementos de la dinámica fluvial con eficacia y seguridad, observando las medidas de prevención de riesgos y continuar el recorrido portando el material.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
5.6: Estimar la valoración de los riesgos laborales según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.	☐	☐	☐	☐

6: Pernoctar en el medio natural en zonas preparadas o no para tal fin, utilizando técnicas de acampada y/o vivaque para estar protegido.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
6.1: Seleccionar el lugar de acampada o vivaque, en función del encanto de su ubicación y de su funcionalidad asegurando su protección frente a los peligros objetivos naturales como caída de piedras, crecida de ríos, alcance de rayos o exceso de viento para garantizar la seguridad durante la pernoctación.	☐	☐	☐	☐
6.2: Ajustar la zona de pernoctación a la normativa de uso vigente para conservar el medio natural.	☐	☐	☐	☐
6.3: Instalar la tienda teniendo en cuenta la orientación, el tipo de suelo, la inclinación de la pendiente, las características de la tienda y las posibilidades de anclaje al terreno para garantizar la seguridad y el descanso.	☐	☐	☐	☐
6.4: Construir el vivaque planificado o forzado para pernoctar utilizando los materiales disponibles y procurando confort y seguridad.	☐	☐	☐	☐
6.5: Seleccionar los lugares para cocinar, comer y proceder con las necesidades higiénicas considerando criterios de seguridad, funcionalidad y ambientales.	☐	☐	☐	☐
6.6: Respetar el entorno natural en todo momento para alterarlo lo menos posible durante la pernoctación.	☐	☐	☐	☐