

SECRETARÍA GENERAL DE FORMACIÓN PROFESIONAL

INSTITUTO NACIONAL DE LAS CUALIFICACIONES

## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

## CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

ESTÁNDAR DE COMPETENCIAS PROFESIONALES "ECP2844\_3: Ejecutar técnicas de progresión y rescate en alta montaña y avalanchas"

## 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 "ECP2844\_3: Ejecutar técnicas de progresión y rescate en alta montaña y avalanchas".

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: NIF:	Firma:
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.

4. Decision les materiales managine man el managine de la late		ICAD OEVA		
1: Revisar los materiales necesarios para el rescate en alta montaña, según los protocolos establecidos y normas del fabricante, atendiendo a límites de carga de trabajo, grosor de las cuerdas, tipos de mosquetones a emplear, operatividad de los descensores, entre otros, para garantizar un uso seguro de los mismos durante la intervención.	1	2	3	4
1.1: Disponer el material técnico individual y colectivo de progresión y aseguramiento en terreno nevado en alta montaña, ascensiones, corredores y aristas (cuerdas, cordinos, piolet, crampones, entre otros) atendiendo a sus normas, situaciones de uso y límites de empleabilidad.				
1.2: Conservar el material técnico individual, colectivo de progresión y de seguridad en terreno de alta montaña, corredores, aristas, cascadas de hielo, o de progresión con esquís por terreno nevado, aplicando los procedimientos de revisión, almacenaje, organización y limpieza dispuestos por el fabricante o la entidad de rescate.				
1.3: Mantener el material técnico individual, colectivo de progresión y de seguridad para el desplazamiento en terreno de alta montaña, corredores, aristas, cascadas de hielo, o progresión con esquís por terreno nevado, reparando los desperfectos solucionables que no requieran la intervención del fabricante, sustituyendo aquellos que alcancen el límite de empleabilidad o no cumplan con los criterios de utilización y seguridad establecidos por el fabricante (nivel de deterioro, garantía de sus prestaciones, entre otras), efectuando el correspondiente parte de comunicación.				
1.4: Almacenar el material de rescate en alta montaña inventariado, atendiendo a sus especificaciones técnicas, asegurando su durabilidad y				





			ORES	
1: Revisar los materiales necesarios para el rescate en alta	AUT	OFA	LUAC	JION
montaña, según los protocolos establecidos y normas del fabricante, atendiendo a límites de carga de trabajo, grosor de las cuerdas, tipos de mosquetones a emplear, operatividad de los descensores, entre otros, para garantizar un uso seguro de los mismos durante la intervención.	1	2	3	4
garantizando sus prestaciones, realizando labores de recuento y seguimiento de su caducidad, favoreciendo la disponibilidad para su uso.				
1.5: Verificar los sistemas de comunicaciones necesarios en rescate de alta montaña, contemplando las pautas para la comprobación de su funcionamiento, verificando mediante pruebas (carga y de enlace, entre otras) que el sistema funciona.				
1.6: Revisar el equipamiento sanitario propio del rescate en alta montaña, según sus características, procedimientos e instrucciones del fabricante, garantizando la ausencia de defectos y remplazando los consumibles cuando sea necesario, asegurando su disponibilidad durante las intervenciones.				
1.7: Revisar el estado del material y equipamiento de búsqueda y rescate, equipo de protección individual, sistemas de comunicación, entre otros, continuamente, comprobando su aptitud y prestaciones, solicitando material o equipamiento adicional o sustitutorio cuando resulte necesario para el desarrollo de la intervención.				
	IND	ICAD	ORES	DE
2: Analizar la información recibida sobre el accidente de alta	AUT	OEVA	LUAC	CIÓN
montaña, obteniendo datos necesarios como localización del accidente, estado de la víctima, tipo de terreno, condiciones meteorológicas, entre otros, según los protocolos de recogida de información, para trasladar dicha información al mando operativo del rescate.	1	2	3	4
2.1: Recabar los datos del accidente especificando la localización del suceso, la identificación de las víctimas y alertantes, las circunstancias del accidente, las condiciones meteorológicas y las lesiones de los accidentados, obteniendo una valoración inicial del accidente.				
2.2: Efectuar la toma de datos de la alerta, utilizando los medios y programas informáticos de la organización, siguiendo los protocolos establecidos en cuanto a tipo de información a recabar, forma de obtenerla, priorización de los datos, entre otros.				





2: Analizar la información recibida sobre el accidente de alta			ORES LUAC	_
montaña, obteniendo datos necesarios como localización del accidente, estado de la víctima, tipo de terreno, condiciones meteorológicas, entre otros, según los protocolos de recogida de información, para trasladar dicha información al mando operativo del rescate.	1	2	3	4
2.3: Ubicar el lugar de la emergencia, utilizando medios cartográficos y aplicaciones informáticas que permitan el posicionamiento GPS de la incidencia.				
2.4: Integrar los datos existentes junto con la información disponible (reseñas técnicas, evolución meteorológica), consiguiendo un conocimiento global y conciso de la situación.				
3: Analizar la información del manto nivoso en el lugar del			ORES	-
accidente, antes, durante y después del mismo, obteniendo los datos necesarios según los protocolos establecidos de recogida de información (revisión del boletín de aludes, tests rápidos de estabilidad, temperatura ambiente, gradiente térmico, condiciones de dureza de la nieve, tipos de grano y cohesión entre capas del manto, entre otros) para adecuarse a las circunstancias durante la intervención y realizar el informe de actuación correspondiente, una vez finalizado el rescate.	1	2	3	4
3.1: Realizar los perfiles del manto nivoso, detallando sus diferentes capas estratigráficas, granos, temperaturas, capas de instabilidad y características, permitiendo la elaboración de un perfil estratigráfico, conforme a los estándares de la entidad competente en información meteorológica.				
3.2: Recoger los datos que arrojan los perfiles estratigráficos siguiendo la metodología de la entidad competente en información meteorológica, permitiendo la representación de éste para su posterior análisis.				
3.3: Interpretar los perfiles estratigráficos aplicando la metodología de la entidad competente en información meteorológica, permitiendo diagnosticar la situación antes durante y después del alud.				
3.4: Evaluar la inestabilidad del manto nivoso aplicando diferentes tests de estabilidad (Columna, Columna extendida, "rustblock", tests rápidos, entre otros) durante la progresión por terreno nevado.				





3: Analizar la información del manto nivoso en el lugar del	 	ORES LUAC	
accidente, antes, durante y después del mismo, obteniendo los datos necesarios según los protocolos establecidos de recogida de información (revisión del boletín de aludes, tests rápidos de estabilidad, temperatura ambiente, gradiente térmico, condiciones de dureza de la nieve, tipos de grano y cohesión entre capas del manto, entre otros) para adecuarse a las circunstancias durante la intervención y realizar el informe de actuación correspondiente, una vez finalizado el rescate.	2	3	4
3.5: Determinar los peligros objetivos en terreno nevado observando las condiciones del medio y utilizando el análisis de los datos recogidos en perfiles, tests y Boletines de Predicción de Aludes (BPA).			

4: Hacer aportaciones a la idea de maniobra, o en su caso			ORES LUAC	
definirla, previo análisis del contexto del rescate, atendiendo a las condiciones de las víctimas, las variables meteorológicas del entorno, la disponibilidad de los medios (disponibilidad de rescatadores, de transporte, de recursos tecnológicos, entre otros) y materiales, así como la estimación de la temporización para garantizar un acceso seguro hasta la víctima.	1	2	3	4
4.1: Revisar la reseña de la actividad donde tiene lugar el accidente obteniendo información de ubicación, horarios, material necesario, nivel técnico requerido, material necesario, vivacs, entre otros, contribuyendo a la idea de maniobra del rescate.				
4.2: Analizar los partes meteorológicos del momento del accidente, así como el precedente y el posterior extrayendo conclusiones que permitan prevenir situaciones que supongan un riesgo para la intervención por empeoramiento de las condiciones meteorológicas.				
4.3: Comprobar el boletín de aludes y el mapa "Avalanche Terrain Exposure Scale" (ATES) de la zona de intervención contribuyendo en época invernal a planificar el acceso hasta el lugar del accidente minimizando el riesgo de aludes.				
4.4: Estimar los tiempos de la operación atendiendo a los condicionantes técnicos, materiales, meteorológicos y sanitarios del rescate, permitiendo establecer unos horarios aproximados de inicio y final del rescate.				





5: Ejecutar las operaciones de logística con los medios y			ORES	
materiales necesarios (equipo de protección individual, material y equipamiento de rescate, sistemas de comunicación, entre otros), según las directrices e instrucciones marcadas por el fabricante (funcionalidad, normas de uso, entre otras) y aplicando los protocolos establecidos de forma coordinada con el resto de intervinientes para asegurar su transporte y empleo en la zona de intervención.	1	2	3	4
5.1: Seleccionar el material a utilizar en el rescate, equipamiento de búsqueda y rescate (cuerdas, cordinos, piolet, crampones, entre otros), equipo de protección individual, sistemas de comunicación, entre otros, atendiendo a las circunstancias de la aproximación, la operación de rescate, las técnicas y maniobras asignadas para cada rol en la idea de maniobra durante ascensión en terreno de alta montaña, corredores, aristas, cascadas de hielo, o progresión con esquís por terreno nevado.				
5.2: Disponer el material a transportar, atendiendo a los criterios de necesidad, equidad de pesos y volumen, garantizando su integridad y disponibilidad.				
5.3: Seleccionar el material sanitario atendiendo a las posibles lesiones comunicadas en la llamada del alertante.				
5.4: Movilizar los recursos aéreos atendiendo a la necesidad de su utilización en el rescate, en función de la información recibida en el aviso de alerta.				
5.5: Disponer el equipo de segunda intervención, en caso necesario, poniéndole en conocimiento de las particularidades de la emergencia del equipo de primera intervención.				
6: Ejecutar la aproximación a la zona de alta montaña avanzando			ORES LUAC	_
con los medios de transporte, técnicas y material de seguridad individual adaptadas al terreno y a las circunstancias para garantizar el acceso rápido y seguro hasta la zona de progresión técnica	1	2	3	4
6.1: Ejecutar las técnicas de desplazamiento, adecuándose permanentemente a las características del terreno, el medio utilizado, el material a desplazar, a lo acontecido días previos y la evolución de la meteorología y circunstancias de la actuación, primando los criterios de seguridad, fluidez y eficacia, de acuerdo con la idea de maniobra.				





6: Ejecutar la aproximación a la zona de alta montaña avanzando		_	ORES	_
con los medios de transporte, técnicas y material de seguridad individual adaptadas al terreno y a las circunstancias para garantizar el acceso rápido y seguro hasta la zona de progresión técnica	1	2	3	4
6.2: Resolver las posibles contingencias (ante pasos conflictivos, variaciones en la ruta e incidencias mecánicas) aplicando la técnica que corresponda en cada caso, manteniendo la orientación (observando los puntos de referencia significativos, empleando GPS, mapa, brújula y las técnicas de triangulación), permitiendo determinar la ubicación, manteniendo los criterios establecidos en la idea de maniobra.				
6.3: Transportar el material seleccionado con eficacia, atendiendo a su peso y volumen garantizando su integridad y disponibilidad.				
6.4: Actualizar la información disponible sobre el accidente analizando las circunstancias y evolución de la actuación, transmitiendo los datos conforme se van conociendo.				
6.5: Respetar los valores naturales y culturales y los recursos de la zona, garantizando su protección durante el recorrido de aproximación.				
	INID	10 4 D	0050	DE
7: Ejecutar las técnicas de progresión individual y aseguramiento,			ORES	_
adecuándose a las circunstancias y a los medios con los que se ejecute el movimiento, progresando con seguridad en terreno de alta montaña, hielo, corredores y terreno mixto para garantizar el acceso técnico hasta el escenario del rescate.	1	2	3	4
7.1: Utilizar el material técnico individual, colectivo de progresión y de seguridad en terreno de alta montaña, corredores, aristas, cascadas de hielo, o terreno nevado con oportunidad y acierto garantizando la fluidez, seguridad de la progresión y en caso necesario, el aseguramiento al resto de componentes de la cordada, en función de las características de la ascensión por una arista en terreno de alta montaña.				
7.2: Ejecutar las técnicas de progresión con esquí en terreno nevado de alta montaña, tanto en ascenso (progresión con pieles de foca, cuchillas, vuelta maría, vuelta al valle, con paso divergente, entre otros) como en descenso (viraje fundamental, alternativo, simultáneo, flexión recuperación, esquí en fuertes pendientes, "skicut", entre otros) previa elección de las mismas y adaptando su uso a las características del terreno.				





7: Ejecutar las técnicas de progresión individual y aseguramiento,		ICAD(		
adecuándose a las circunstancias y a los medios con los que se ejecute el movimiento, progresando con seguridad en terreno de alta montaña, hielo, corredores y terreno mixto para garantizar el acceso técnico hasta el escenario del rescate.	1	2	3	4
7.3: Ejecutar las técnicas de progresión con piolet, y crampón sin cuerda (técnica francesa todo-puntas, piolet bastón, escoba barandilla, entre otros) seleccionando su uso en función de las características del terreno helado en terreno de alta montaña.				
7.4: Ejecutar las técnicas de encordamiento, manejo de cuerdas y aseguramiento en la progresión en alta montaña (encordamiento francés, alemán, progresión 1-1, 1-2, técnica tractor, mini-largos, largos, entre otros) en progresión en aristas adaptándolas a las características del terreno mediante el uso de la cuerda corta o gestión de cuerda, dependiendo de las circunstancias.	$  \Box $			
7.5: Ejecutar las técnicas de progresión, aseguramiento y escalada en corredores, cascadas de hielo y terreno mixto (agarres de piolet, posición de los pies, uso de puntas frontales, "gancheos", colocación de tornillos, estacas, "avalakovs", montaje de reuniones, entre otros) conforme al estándar técnico y adaptándolas, a las características del terreno.				
7.6: Realizar la progresión por glaciar, ejecutando el encordamiento propio a esta situación y evolucionando por el terreno, identificando las posibles grietas y adoptando las medidas de seguridad necesarias, conforme a criterios de seguridad y técnicas establecidas.				
7.7: Preparar el vivac en alta montaña o arista en condiciones estivales o invernales, garantizando la supervivencia del equipo humano implicado y de los accidentados en caso de tener que pernoctar en ambiente hostil.				
	I=	10.1-	0000	
8: Aplicar técnicas de búsqueda de personas en avalancha,		ICAD( OEVA		_
ejecutando los diferentes métodos como el sistema de rescate "RECCO": dispositivo electrónico para encontrar personas atrapadas bajo una avalancha o perdidas en zonas de difícil acceso, Detector de Víctimas de Avalanchas (DVA), sondeo, paleo, entre otros) en función de la situación para poder encontrar posibles personas sepultadas.	1	2	3	4
8.1: Movilizar los medios humanos, aplicando los protocolos internacionales para el rescate en aludes, estableciendo los diferentes grupos de trabajo de				





8: Aplicar técnicas de búsqueda de personas en avalancha,			ORES LUAC	-
ejecutando los diferentes métodos como el sistema de rescate "RECCO": dispositivo electrónico para encontrar personas atrapadas bajo una avalancha o perdidas en zonas de difícil acceso, Detector de Víctimas de Avalanchas (DVA), sondeo, paleo, entre otros) en función de la situación para poder encontrar posibles personas sepultadas.	1	2	3	4
rescatadores llegados a la zona de avalancha.				
8.2: Utilizar los medios materiales individuales (DVA: Detector de Víctimas de Avalanchas, "RECCO": dispositivo electrónico para encontrar personas atrapadas bajo una avalancha o perdidas en zonas de difícil acceso; pala; sonda) así como la unidad canina en función de la situación (tipo de avalancha, número de víctimas, entre otros).				
8.3: Buscar las posibles víctimas sepultadas en avalancha siguiendo el protocolo de actuación para estos casos, con el detector de víctimas de avalanchas (DVA), respetando sus fases, hasta la localización.				
8.4: Localizar las posibles víctimas sepultadas en avalancha aplicando los criterios de sondeo orientados a calcular el espesor de la nieve y profundidad de ubicación de la víctima ya sea dentro del equipo de sondeo, o durante la búsqueda con Detector de Víctimas de Avalanchas (DVA).				
8.5: Efectuar el paleo estratégico utilizando la dinámica propuesta internacionalmente en función del número de palistas y profundidad supuesta de la víctima.				
8.6: Desenterrar las posibles víctimas de avalancha, garantizando la conservación de los vestigios de la posible cámara de aire de esta.				
8.7: Trasladar las víctimas accidentadas de una avalancha, atendiendo las pautas dadas por la dirección de rescate y de manera coordinada con el resto de componentes del equipo de rescate.				
			ORES	-





9: Ejecutar las técnicas de socorro y rescate en alta montaña, corredores y cascadas de hielo, gestionando las situaciones de riesgo (valorando los peligros objetivos de los itinerarios, caída de piedras, proyecciones de hielo, aumento de temperaturas, inestabilidad de cornisas, emplazamiento de los anclajes, precariedad de las reuniones de progresión y socorro, entre otros) para garantizar la seguridad de la operación de rescate.	1	2	3	4
9.1: Ejecutar los anclajes para hacer rescate en grietas, garantizando la seguridad de la maniobra gracias a la profundidad, ángulos y número de anclajes dispuestos.				
9.2: Evadir los roces de la cuerda en el labio de la grieta, instalando un antifricción que evite desplazamientos al iniciar la maniobra e impida el rozamiento de las cuerdas.				
9.3: Instalar el sistema de desmultiplicación ("mariner" doble, polipastos, polea móvil) permitiendo la recuperación del accidentado desde la reunión.				
9.4: Evacuar al accidentado con camilla en un corredor, aplicando la técnica del "sistema" capsula, con reuniones encadenadas que permitan descender la camilla con seguridad.				
9.5: Instalar los tiros de cuerda en la camilla trineo, permitiendo el movimiento de esta con seguridad en terreno nevado.				
9.6: Adaptar las técnicas de rescate en escalada, (contrapesos, polipastos, rapel poleado, uso de tornos, entre otros) a las operaciones de rescate en cascadas de hielo, corredores y mixto, teniendo en cuenta el material, las condiciones del hielo y los anclajes.				
9.7: Acometer el acceso hasta el personal atrapado en un remonte por cable inoperativo, atendiendo a criterios de elección de técnica de progresión por cable, acceso a superficies colgantes y evacuación, evidenciando una intervención rápida y eficaz.				
9.8: Evacuar el personal atrapado en un remonte por cable, priorizando en su caso aquel sin protección ante condiciones meteorológicas adversas, según el tipo de contingencia ocurrida.				
		ICAD( OEVA		
	AUI		LUAL	NOI





10: Realizar operaciones de apoyo emocional a la víctima de rescate en alta montaña y personas implicadas en la intervención mediante técnicas de comunicación y manifestaciones de empatía para facilitar el control de la situación en la intervención.	1	2	3	4
10.1: Identificar los signos de ataque de pánico, ansiedad y/o estrés de la víctima motivado por el accidente, observando el aumento del ritmo cardíaco, palmas sudorosas, dificultad respiratoria, sensación subjetiva de ataque cardíaco y sentimientos de temor, entre otros.				
10.2: Proporcionar el alivio a la víctima, una vez localizada y hasta su rescate, mediante la comunicación oral, o gestual si no fuera posible esta, tranquilizando y manifestando empatía con ella.				
10.3: Facilitar la comunicación de la víctima con su familia, una vez localizada ésta y hasta su rescate, atendiendo a sus requerimientos, en la medida de lo posible.				
10.4: Proporcionar el apoyo emocional a otros miembros del equipo de rescate cuando el ánimo decaiga, utilizando técnicas de comunicación de apoyo, refuerzo y alineamiento con el objetivo.				
	T			
11: Recuperar el material utilizado en el rescate, tanto en alta			ORES	_
11: Recuperar el material utilizado en el rescate, tanto en alta montaña como en avalanchas, comprobando que coincide con el inventariado, revisando su estado y, en su caso, acometiendo tareas necesarias de mantenimiento y reposición para agilizar el procedimiento de respuesta ante una próxima posible actuación.				_
montaña como en avalanchas, comprobando que coincide con el inventariado, revisando su estado y, en su caso, acometiendo tareas necesarias de mantenimiento y reposición para agilizar el	1 1	OEVA	LUAC	CIÓN
montaña como en avalanchas, comprobando que coincide con el inventariado, revisando su estado y, en su caso, acometiendo tareas necesarias de mantenimiento y reposición para agilizar el procedimiento de respuesta ante una próxima posible actuación.  11.1: Desinstalar el material instalado para el rescate, siguiendo los protocolos de seguridad establecidos y las pautas recibidas del mando, recontándolo	1 1	OEVA	LUAC	CIÓN





11: Recuperar el material utilizado en el rescate, tanto en alta montaña como en avalanchas, comprobando que coincide con el inventariado, revisando su estado y, en su caso, acometiendo tareas necesarias de mantenimiento y reposición para agilizar el procedimiento de respuesta ante una próxima posible actuación.	l <del></del>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
		2	3	4	
recomendaciones de uso fijados por el fabricante, así como a los protocolos de actuación de la organización.					
11.4: Almacenar el material utilizado en el rescate (equipo de protección individual, material y equipamiento de búsqueda y rescate, sistemas de comunicación, entre otros), garantizando su funcionamiento y operatividad para futuros rescates.					