

Tempestes al Pirineu: la FEEC edita una guia per afrontar-les

L'entitat excursionista recorda la importància de consultar la previsió meteorològica, saber renunciar a l'activitat i buscar refugi davant el risc de llamps, després dels episodis de tempestes que afecten comarques com la Cerdanya i l'Alt Urgell



Una tempesta a la muntanya / QUIM P. CASADESSÚS

Miquel Spa

Les tempestes de tarda que durant els darrers dies han descarregat amb força a la **Cerdanya** i a diversos sectors del **Pirineu** han tornat a posar sobre la taula els riscos que comporta la pràctica d'activitats de muntanya durant episodis de meteorologia adversa. Davant aquesta situació, la **Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC)** ha difós una guia amb recomanacions bàsiques per reduir els riscos si una tempesta sorprèn excursionistes, escaladors o practicants d'altres activitats a l'aire lliure.

L'entitat recorda que la millor manera d'evitar una situació de perill és anticipar-se. Per aquest motiu recomana consultar sempre la previsió meteorològica abans de sortir i modificar o suspendre l'activitat si les condicions no són favorables. La FEEC insisteix que renunciar a un cim, una via ferrada, una cresta o un descens de barranc és sovint la decisió més segura quan el temps empitjora.

La guia també posa l'accent en la necessitat de prendre decisions ràpides però fonamentades. Segons els especialistes, sota una tempesta és habitual reaccionar de manera instintiva, però aquestes decisions poden ser errònies si no es coneix el comportament dels llamps. En les sortides en grup, la federació recomana designar prèviament una persona responsable que assumeixi el lideratge en cas d'emergència i decideixi si cal interrompre l'activitat.

Un dels missatges principals és que cal buscar refugi tan aviat com se sentin els primers trons. La FEEC recorda la regla del **30/30**, que estableix que si entre el llamp i el tro passen menys de 30 segons, el risc és elevat i cal refugiar-se immediatament. Els llocs més segurs són els edificis sòlids o els vehicles completament tancats. En canvi, les tendes de campanya, els porxos o les estructures obertes no ofereixen una protecció suficient davant l'impacte d'un llamp.

Si no és possible trobar refugi, la federació recomana abandonar els punts elevats, com cims i carenes, i dirigir-se cap a cotes més baixes. També aconsella evitar els espais oberts, els arbres aïllats, les tanques metàl·liques, les instal·lacions de vies ferrades, les creus, els vèrtexs geodèsics i qualsevol element conductor de l'electricitat. Igualment, alerta del perill de romandre prop de rius, cascades o torrents, especialment en activitats de barranquisme.

La FEEC explica que alguns senyals, com ara notar els cabells ericats o sentir un brunzit procedent d'objectes metàl·lics, poden indicar que un llamp és imminent. En aquesta situació, recomana deixar a terra els objectes metàl·lics, com bastons, piolets, grampons o mosquetons, evitar l'ús del telèfon mòbil i ajupir-se a la gatzoneta amb els peus junts per reduir al màxim el contacte amb el terra. Si es va en grup, és preferible separar-se uns metres entre els diferents membres per evitar que un mateix impacte afecti diverses persones alhora.

La guia recorda també que els llamps no només són perillosos per impacte directe. L'electricitat es pot transmetre pel terreny i afectar persones situades fins a una quarantena de metres del punt d'impacte.

En cas que una persona sigui ferida per un llamp, la FEEC recomana aplicar els protocols bàsics de primers auxilis, protegir la resta del grup, avisar immediatament els serveis d'emergències a través del **112** o de l'aplicació **My112** i iniciar les maniobres d'assistència si es disposa dels coneixements necessaris.

L'entitat recorda que l'estiu és l'època de l'any amb més activitat excursionista, però també la temporada en què les tempestes convectives de tarda són més freqüents al Pirineu. Per aquest motiu, insisteix que una bona planificació i la prudència continuen sent les principals eines per evitar accidents a la muntanya.

Els principals consells de la FEEC davant una tempesta a la muntanya

- **Consulta la previsió meteorològica** abans de sortir i renuncia a l'activitat si hi ha risc de tempestes.
- **No dubtis a fer mitja volta** si el temps empitjora. Cap cim ni itinerari justifica assumir riscos.
- **Si vas en grup**, designa una persona responsable que prengui les decisions en cas d'emergència.
- **Busca refugi tan aviat com sentis tronar.** Els refugis de muntanya i els vehicles tancats són els llocs més segurs.
- **Evita els punts elevats**, com cims i carenes, així com arbres aïllats, tanques metàl·liques, vies ferrades, creus, torrents i cursos d'aigua.
- **Allunya't dels objectes metàl·lics** i no utilitzis el telèfon mòbil si la tempesta és a sobre.
- **Si el llamp és imminent**, ajup-te a la gatzoneta amb els peus junts per reduir el contacte amb el terra i separa't de la resta del grup.
- **En cas d'accident**, truca immediatament al **112**, protegeix la resta de persones i aplica els primers auxilis si en tens coneixements.