

Sicuri in montagna: i consigli per non rischiare

Pubblicato: Martedì 5 Giugno 2018



Con la bella stagione complici magnifici paesaggi e una rete di sentieri ad hoc, le montagne ticinesi si popolano di escursionisti, e questo, oltre a rappresentare per il cantone una delle principali attrattive turistiche, costituisce anche una costante preoccupazione per le autorità.

Per questo motivo la Polizia cantonale ha promosso **una nuova campagna di prevenzione** con l'obiettivo di sensibilizzare sui pericoli della montagna, fornendo utili consigli per evitare gli infortuni attraverso un opuscolo realizzato in collaborazione con la Cancelleria dello Stato, che sarà distribuito a livello cantonale nelle prossime settimane.

«In base a recenti studi si stima che in Svizzera sono **oltre 2,5 milioni le persone che praticano l'escursionismo** – spiegano i responsabili della campagna – Si tratta quindi dell'attività sportiva maggiormente praticata nel nostro paese. Circa l'80% della popolazione utilizza i sentieri per fare escursioni, correre e passeggiare. In media si fanno 20 escursioni all'anno della durata media di tre ore, a tutto vantaggio della forma fisica e della salute. L'altra faccia della medaglia è purtroppo negativa poiché in base ai dati dell'Ufficio prevenzione infortuni, **ogni anno in Svizzera si infortunano in media oltre 20.000 escursionisti e una quarantina di loro perdono la vita**. Negli ultimi 5 anni solo in Ticino, dove è forte pure la presenza di cercatori di funghi, si contano 37 infortuni in montagna di cui 17 con esito letale (8 nel solo 2017)».

Ogni anno, soprattutto nel periodo estivo, la Polizia cantonale è chiamata ad intervenire regolarmente nei boschi e nelle vallate del Cantone per incidenti e scomparse di escursionisti e di raccoglitori di

funghi. Nel 2015 è stato creato in seno alla Polizia cantonale il Gruppo Ricerche e constatazioni che coordina le ricerche di persone o cose su terreno impervio e di difficile accesso e le constatazioni di incidenti di montagna.

In quest'ambito e con l'obiettivo di ridurre gli incidenti e gli infortuni, è nata la nuova campagna di prevenzione, con **una serie di consigli utili** per tutti. Eccoli:

In montagna in forma e sicuri

Un buono stato di salute e una valutazione realistica delle proprie possibilità sono basilari prima di incamminarsi lungo i sentieri. Scegliete un itinerario idoneo ed evitate le escursioni individuali poiché anche piccoli contrattempi possono trasformarsi in situazioni di grave emergenza. Comunicate il vostro itinerario e non cambiatelo. Il grado di difficoltà dei sentieri è indicato chiaramente dal colore della segnaletica in base all'esperienza richiesta: gialla per i sentieri escursionistici, bianco-rosso-bianco per i sentieri di montagna e bianco-blu-bianco per i sentieri alpini. La categoria del sentiero indica sia la sua praticabilità, sia i requisiti che l'escursionista e il suo equipaggiamento devono soddisfare.

Attrezzatura adatta

È estremamente importante scegliere l'attrezzatura, in particolare gli scarponi, in base al percorso che si intende effettuare. Nello zaino non devono mancare indumenti per la pioggia, il freddo, protezioni dal sole, kit di primo soccorso e un cellulare (numero di emergenza per la Svizzera 112 o 117).

A passo sicuro

Le cadute sono purtroppo le cause più frequenti di infortuni in montagna. Un ritmo troppo elevato e quindi la stanchezza possono favorirle. Uscire dai sentieri è pericoloso poiché aumenta il rischio di caduta e di perdita di orientamento.

Concedetevi delle pause

Senza pause adeguate che favoriscono il recupero delle forze vi esponete ai pericoli. Godete appieno del paesaggio bevendo e mangiando per mantenere sotto controllo la stanchezza ed inalterata la concentrazione.

Fate attenzione ai bambini

In caso di passaggi difficili con rischio caduta un adulto deve assistere il bambino. I sentieri esposti che richiedono concentrazione prolungata non sono adatti ai più piccoli.

In caso di infortunio

In caso di infortunio se possibile contattare il 112 o il 117 specificando generalità, il numero del cellulare con cui si sta chiamando, la zona in cui ci si trova o meglio le coordinate con tutti i riferimenti possibili, la dinamica ed infine lasciare libero il telefono.

I costi del soccorso

Si ricorda infine che gli interventi di ricerca in caso di persone disperse, ferite o in difficoltà sono di competenza cantonale. L'incarico di svolgere voli di ricerca è dato dalla Polizia cantonale e dal Soccorso Alpino Svizzero (SAS), di principio alla Rega o ad altri partner. I costi d'intervento in caso di infortunio, se la persona gode di copertura assicurativa, vengono fatturati alle assicurazioni infortunio o malattia.

Nel caso in cui la persona che viene soccorsa è illesa, se i costi non possono essere addebitati a un ente finanziatore e la persona non è socio REGA (che altrimenti garantirebbe la copertura del pagamento), l'intervento viene fatturato alla persona ricercata.

Si raccomanda pertanto di verificare, prima di ogni escursione, le proprie coperture assicurative o l'affiliazione ad un ente di soccorso svizzero.

A titolo d'esempio, un giorno di ricerche che coinvolge diversi partner comporta costi quantificabili in **alcune decine di migliaia di franchi**. I cittadini stranieri residenti all'estero, hanno la possibilità di divenire sostenitori della REGA. In questo caso, durante i soggiorni in Svizzera avranno diritto ai vantaggi dei sostenitori per salvataggi aerei in Svizzera (fanno testo i confini statali). Per contro, i vantaggi dei sostenitori per rimpatri dall'estero in Svizzera valgono unicamente per i sostenitori con domicilio in Svizzera (indipendentemente dalla loro nazionalità) come pure per gli svizzeri all'estero. I rimpatri all'estero sono possibili ma a spese di chi li richiede.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it