



## **BUONE PRATICHE E PIANIFICAZIONE, SETTE VIDEOPILLOLE PER L'AUTOSOCCORSO IN CASO DI VALANGA**

*Realizzato dal team di esperti della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata Libera, coordinato dalla Scuola Centrale di Scialpinismo del Cai, un utile vademecum disponibile sul canale YouTube del Sodalizio*

*Milano, 4 dicembre 2023,*

Autosoccorso in caso di valanga, significa mettere in campo tutti quei comportamenti che permettono di ridurre il rischio e aumentare le possibilità di successo delle operazioni di primo soccorso. Con l'inverno alle porte e la neve ad alta quota, il team di esperti della **Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo Scialpinismo e Arrampicata Libera del Club alpino italiano** coordinato dalla **Scuola Centrale di Scialpinismo** dello stesso Sodalizio, ha realizzato **sette videopillole** che nascono **con l'obiettivo di condividere con tutti i frequentatori e le frequentatrici della montagna** una serie di buone pratiche che vanno dalla pianificazione prima della partenza all'utilizzo delle strumentazioni. Un vademecum **disponibile** nella sua interezza [sul canale YouTube del Cai](#). Nello specifico, i diversi argomenti sono **la pianificazione** con focus sulla preparazione e sui bollettini, **la partenza**, durante l'attività in territorio innevato, **l'uso dell'ARTVA**, in caso di valanga, la fase del **sondaggio e lo scavo**.

### **La pianificazione e la partenza**

Si comincia con la pianificazione dell'escursione sulla neve riducendo i rischi con una valutazione attenta per quanto riguarda la preparazione, le capacità dei partecipanti e l'equipaggiamento, senza dimenticare uno sguardo ai bollettini meteo e valanghe. In particolare, è fondamentale indossare l'ARTVA e riporre pala e sonda nello zaino in modo che siano facilmente estraibili. Con la partenza, si valutano le condizioni meteorologiche, nivologiche e quelle degli escursionisti. Il controllo accurato dell'equipaggiamento è essenziale. Durante l'escursione in montagna poi, è necessario monitorare il meteo e l'ambiente circostante, cercando segnali di pericolo.

### **In caso di valanga**

In caso di incidente da valanga, occorre calma e concentrazione. In particolare, è necessario padroneggiare l'uso dell'ARTVA e della sonda per localizzare le eventuali persone sepolte. L'efficienza durante la fase di autosoccorso aumenta le probabilità di successo. In

particolare, la ricerca del "primo segnale" coinvolge l'uso di vista e udito per individuare indizi cruciali sulla superficie della valanga. Per quanto riguarda il recupero di una persona, l'obiettivo è quello di liberare rapidamente con la pala, la persona disseppellita dalla neve, consentendo il passaggio dell'aria alle vie respiratorie.

I video nascono come utile indicazione di buone pratiche, ma non sostituiscono la preparazione e lo studio: conoscenza, competenza ed esperienza (allenamento) sono elementi necessari e fondamentali.

**Ufficio stampa Club Alpino Italiano**

mob +39 366 4912550

tel. +39 051 8490100

**Cervelli In Azione s.r.l.**

Viale Antonio Silvani 6/C

40122 Bologna