



Diplomado Guía Alpino

Tradiciones, Modernidad y Ética hacia la Excelencia

Presentación

Andar por las montañas es un ejercicio cultural, no deportivo y el Guía Alpino es la figura profesional reconocida como la única competente y capaz de infundir una correcta y proactiva frecuentación del ambiente montano a todo tipo de persona. Con más de trescientos años de tradiciones, su función es la de acompañar y enseñar la montaña en sus múltiples facetas. Su labor abarca todo tipo de actividad en la montaña y su frecuentación de las alturas se extiende durante todo el año. Por esto, la relación que el representa con los inaccesibles paisajes de hielo y roca es el valor más trascendental que se transmite a las personas.

Importancia de la capacitación

Hoy en día estamos observando un fuerte crecimiento del interés a nivel mundial acerca de todas aquellas actividades de aventura como montañismo, rappel, escalada en roca y sus derivaciones. Sin embargo, para aprovechar de este enorme potencial es fundamental fomentar la capacitación de figuras profesionales y operadores en materia de normas, procedimientos de seguridad que permitan brindar un servicio de alta calidad, adecuado para el turismo nacional e internacional y que permita el flujo de dichas actividades de una forma segura y sustentable.

Método

El Guía Alpino infunde elementos técnicos, de conducta y de adaptación a la montaña, además de la ardiente pasión que lo impulsa. En su formación son presentes nociones técnicas, culturales, científicas y didácticas. Esto es línea con los dictámenes del moderno enfoque sistémico multidisciplinario, creado por la Escuela Europea con el fin de garantizar a todos los usuarios un contacto aprovechable y seguro con el ambiente de montaña. Para volverse Guía Alpino no es suficiente conocer bien una montaña o escalar bien; es necesario llevar a cabo un programa de formación de varios años que comprenda módulos teóricos, talleres prácticos y ensayos guiados. La seguridad se logra reconociendo que las técnicas y las herramientas solo son una muy pequeña parte de los conocimientos con el cual tiene que contar del guía alpino. Lo más importante es la experiencia formativa en el campo por medio de la adquisición de los estándares y los procedimientos de calidad y seguridad. Solo a partir de esto se adquiere la verdadera capacidad de relacionarse con el medio ambiente y la acuda sensibilidad, la creatividad e la intuición que le derivan.

¿A quién está dirigido?

Este diplomado está dirigido a personas que operan o que desean operar en el giro de turismo de aventura desempeñándose en actividades como son acompañamiento o enseñanza de Alpinismo, Alta Montaña, Escalada en roca y hielo, Trekking y Rappel sea en áreas de la República Mexicana que en las otras cordilleras del mundo.

¿Qué aprenderás?

1. Los procedimientos y las normas de seguridad por medio de las correctas operaciones de reconocimiento del terreno, de la evaluación meteorológica, de la diagnosis del estado psicofísico de los clientes, en base a los modernos estándares internacionales.
2. Los métodos de entrenamiento, las estrategias de adaptación/aclimatación y los criterios de evaluación de dificultades técnicas.
3. Las normas, la utilización, el mantenimiento y la conservación del equipo.
4. Las técnicas y los sistemas de aseguración y de progresión en Alta Montaña, Escalada en Roca (en sus modalidades Deportiva y en Terrenos de Aventura), el Descenso en Rappel, la Escalada Tradicional, Alpina y Artificial, la Escalada en Hielo, la Escalada en Mixto y el Dry Tooling.
5. Las técnicas de aseguración de clientes en Alta Montaña, Peñas, Paredes u otras formaciones rocosas.
6. Los métodos de enseñanza para Alta Montaña, Escalada en Roca (en sus modalidades Deportiva y en Terrenos de Aventura), el Descenso en Rappel, la Escalada Tradicional, Alpina y Artificial, la Escalada en Hielo, la Escalada en Mixto y el Dry Tooling además de la difusión de las conductas conformes para la conservación del medio ambiente.
7. Las normas y procedimientos para conducción y asesoría de grupos en Alta Montaña, Peñas, Paredes, etc.
8. Las logísticas y las estrategias para expediciones lo que incluye las técnicas de radiocomunicación en Alta Montaña, Peñas, Paredes u otras formaciones rocosas.
9. Las técnicas del Autorrescate en Alta Montaña, Peñas, Paredes u otras formaciones rocosas.
10. Los procedimientos para Primeros Auxilios en Alta Montaña en Alta Montaña, Peñas, Paredes, etc.
11. Los protocolos de Protección Civil en Alta Montaña, Peñas, Paredes, etc.



Requisitos Y Perfil Mínimo

- 1) Ser mayores de edad, con condición física adecuada.
- 2) Contar con Curriculum Mínimo en terreno alpino:
 - 20 ascensiones (recientes) en alta montaña de las cuales al menos 10 arriba de los 5,000 metros.
 - Un año de experiencia en escalada en roca con dominio del grado 5.9 deportivo.
- 2) Contar con Equipo Requerido (Lista al Fondo).
- 3) Entrega del certificado medico de buen estado de salud (descartando las siguientes patologías incompatibles: Problemas cardiacos; Epilepsia; Vértigo; Problemas de equilibrio; Presión arterial alta; Dependencia de alcohol o drogas).
- 4) Aprobar en la selección inicial.

Programa 1° Año

Selección Inicial

Se prevén pruebas lógico-motoras para establecer la idoneidad del candidato, por medio de un escalafón, en base del cupo máximo
Día 1. Pruebas lógico-emocional.
Día 2. Prueba física en alta montaña.
Día 3. Prueba física en escalada

Curso Aspirante Guía Alpino

Por medio de cinco módulos didácticos los alumnos aprenderán los criterios, las técnicas, los procedimientos y las normas necesarias para enfrentarse con salidas en todo tipo de terreno alpino.

M1 - Alta Montaña

- Día 1. Clases Teóricas
- a. Preparación de una salida y peligros de la montaña (20-22 hrs.).
 - Peligros objetivos y subjetivos.
 - Socorro alpino.
 - Elegir el itinerario.
 - Evaluar las dificultades (escalas).
 - Consultar las relaciones de las rutas.
 - Dificultad en hielo.
 - Estructura de los glaciares.
 - Travesía de grietas.
 - Preparación mochilla y equipo.
 - Consultación meteorológica.
 - Observación y evaluación, macroscópica, microscópica y en situ.
 - Condición física.
 - Descenso en rappel.
 - b. Topografía y orientación.
 - Uso del mapa.
 - Uso del altímetro.
 - Uso de la brújula.
 - Técnicas de orientación.
 - Planeación de ascenso.
 - GPS.
 - c. Características de las herramientas (elección, resistencia, duración, manutención).
 - Física mecánica
 - La Cadena de Seguridad
 - Tipos de cuerdas.
 - Estudio de caídas.
 - Tipos de frenos.
 - Elementos estáticos.
 - Anclajes en nieve y hielo.
 - Reuniones para alpinismo.
- Día 2: Nudos, Maniobras y práctica de Rappel
- Cinta exprés.
 - Anclajes básicos.
 - Práctica de rappel.
- Día 3: Salida de roca/mixto
- Progresión en alta montaña.
 - Progresión por cresta.
 - Ascenso en roca (técnica de escalada).



Escuela Nacional de Alpinismo y Rescate Alpino

- Aseguración al segundo.
- Aseguración al primero.
- Posicionamiento de anclajes (básicos).
- Reuniones naturales.
- Posicionamiento de una cuerda fija.
- Técnicas de progresión en terreno mixto.
- Uso del piolet en roca.
- Uso de los crampones en roca.

Día 4: Clases Teóricas

a. Entrenamiento, alimentación y primeros auxilios.

- Alimentación bajo esfuerzo.
- Alimentación preventiva para deportes de resistencia.
- Entrenamiento de altura.
- Entrenamiento físico.
- Mal de montaña.
- Hipotermia, deshidratación.
- Primeros auxilios en alta montaña.

b. Historia del alpinismo.

- Ilustración de eventos y etapas históricas.
- Filosofía y la ética del alpinismo.

Día 5: Campamento de Altura

Día 6: Salida de hielo.

- Progresión clásica.
- Progresión mixta.
- Autodetención de caída.
- Técnicas de descenso.
- Nudos de cordada.
- Progresión de cordada.

M2 - Escalada En Roca

Día 7: Talleres y Clases Teóricas

a. Taller Anclajes, nudos y maniobras

- Características y uso de las herramientas.
- Aseguración al puntero.
- Progresión punteada.
- Armado de reuniones.
- Armado de yo-yo.
- Desarmado de rutas.
- Técnica de Rapel.
- Ascenso con prusik.

b. Clase teórica: técnica de escalada

- Posiciones básicas de escalada (Método Caruso)
- Progresiones básicas de escalada (Método Caruso)
- Desarrollo de la musculatura (Método Bagnoli).
- Refuerzo de los tendones (Método Bagnoli).
- Entrenamiento del equilibrio (Método Bagnoli).
- Entrenamiento psicológico (Método Grasso).
- Escalas internacionales de graduación.

Día 8: Práctica de Escalada Deportiva

- Aseguración Puntero.
- Aseguración Yo-Yo.
- Ensayo posiciones y progresiones.

Día 9: Clases Teóricas

a. Herramientas, técnicas y anclajes.

- Material para roca.
- Material para artificial.
- Conectores y textiles.
- Cuerdas.
- Dinámica de cordada.
- Técnicas de aseguración.
- Comunicación de cordada.
- Anclajes y reuniones.
- Preparación de una salida.
- Topos y términos de la escalada.



- Día 10: Escuela de Roca
- Taller de anclajes.
 - Practica de la escalada en yo-yo.
 - Técnicas de aseguración clásica.

- Día 11: Escalada en Roca
- Escalada en multilargo.
 - Ecuilización de reuniones.
 - Contraste de reuniones.
 - Estrategias de cordada en roca.
 - Aseguración al primero.
 - Aseguración al segundo.
 - Secuencia de rappel en multilargo.
 - Abandono de la ruta.

**M3. Autorrescate
Alta Montaña**

- Día 12: Talleres y Clases Teóricas
- a. Soluciones de transporte de herido.
- Transporte de herido manual.
 - Armado de camilla con bastones y chamarra.
 - Armado de camilla de fortuna con cuerda.
- b. Técnicas de autorrescate en avalancha.
- Accidentes de avalancha.
 - ARVA, sonda y pala.
 - Divisiones de roles.
 - Operaciones de búsqueda.
 - Operaciones de rescate.

- Día 13: Practica de rescate en Alta Montaña.
- Reuniones de rescate en hielo y nieve.
 - Detención de caída del compañero.
 - Sistema Vanzo para rescate rápido de grieta
 - Sistema clásico para rescate en grieta.

**M4. Alpinismo
Avanzado**

- Día 14. Clases teóricas.
- a. Herramientas, técnicas y anclajes para Alpinismo Avanzado
- Material para hielo
 - Conectores y textiles.
 - Cuerdas.
 - Shock absorber.
 - Dinámica de cordada.
 - Técnicas de aseguración.
 - Uso de Tbloc y Magic Ring.
 - Comunicación de cordada.
 - Anclajes y reuniones.
 - Preparación de una salida.
 - Topos y términos de la escalada.
 - Material para hielo
 - Conectores y textiles.
 - Cuerdas.
 - Shock absorber.
 - Dinámica de cordada.
 - Técnicas de aseguración.
 - Uso de Tbloc y Magic Ring.
 - Comunicación de cordada.
 - Anclajes y reuniones.
 - Preparación de una salida.
 - Topos y términos de la escalada.
 - Técnica de escalada Dry Tooling.
 - Logísticas y materiales para de expediciones.
 - Diseño de rutas seguras.
 - Evaluación de peligros objetivos y condiciones de las rutas.
 - Técnicas de vivaque.
 - Técnicas de aclimatación y recuperación.
- b. Geología de montaña y propiedades del hielo.
- Formación del substrato rocoso.
 - Química de los elementos.
 - Propiedades de la roca para la escalada.



Escuela Nacional de Alpinismo y Rescate Alpino

- Propiedades físicas del hielo
- Formación del hielo alpino.
- Tipos de hielo.
- Estructura de los glaciares.
- Estructura de las cascadas de hielo.
- Propiedades del hielo para la escalada.
- Nivología y metrología.
- Formación del manto nevoso.
- Características del manto nevoso.
- Test estabilidad del manto nevoso.
- Meteorología en montaña.

c. Alpinismo Invernal e Himalayismo

- Materiales.
- Los esquís.
- Definición y características.
- Logística y material de expedición.
- Estrategias de aclimatación.
- Detección de peligro de avalanchas
- Diseño de rutas seguras.
- Técnicas de vivaque.
- Reglas fundamentales.
- Evaluación de riesgo.
- Cuevas artificiales.

Día 15. Clínica de Dry Tooling

- Práctica de escalada en Dry Tooling.

Día 16. Taller de Anclajes para Escalada Alpina

- Uso de protecciones Rápidas.
- Contraste de Anclajes.
- Reuniones Alpinas.

Día 17: Ascensión de Escalada Alpina

- Ascensión de dificultad con escalada alpina (uso de protecciones rápidas).

Día 18: Ascensión de Escalada en Hielo, Acercamiento

- Caminata de alta montaña
- Campamento en altura.

Día 19: Ascensión de Escalada en Hielo

- Progresión en ensamble asegurada.
- Posicionamiento anclajes.
- Uso Tblocc y Magic Ring.
- Reuniones en hielo.
- Aseguración al segundo (moulinette).
- Aseguración de punta.
- Reuniones abalakoff.
- Rapel con recuperador tornillo.
- Técnicas de escalada en hielo.

Día 20: Logística de Expedición.

- Logística de campamentos para itinerario de más días.
- Estrategias de acercamiento desde la media montaña.
- Individuación de lugares para vivaque.
- Técnica de vivaque en alta montaña.

Día 21: Ascensión Escalada en Mixto

- Ascensión de dificultad por Ruta de Mixto.

Día 22: Taller sobre reuniones de rescate.

- Reuniones de alta carga.
- Contraste de reuniones.
- Reuniones con cuerda.

Día 23: Práctica de Autorrescate en Pared.

- Rescate del primero de cordada.
- Rescate del segundo de cordada.
- Descenso en rápel con herido.

M5. Autorrescate De Pared



Programa 2° Año

Acceso al Curso Guía Alpino	Curriculum de Acceso. Los alumnos deberán de emprender una actividad de Alpinismo de forma autónoma y paralela al Diplomado, con el fin de incorporar los elementos didácticos de la Preparación Alpina. La adquisición del Curriculum de Acceso será condición necesaria para acceder a la Evaluación Final
Evaluación Inicial	Pruebas físico-técnicas para establecer la idoneidad del candidato. Día 1. Prueba físico-técnica en alta montaña. Día 2. Prueba físico-técnica en escalada.
Curso Guía Alpino	A través de unas sesiones teóricas y prácticas se aprenderán las nociones necesarias, los procedimientos y protocolos para la conducción de grupos y aseguración de clientes en ambientes alpinos. Estas sesiones serán seguidas por un periodo de Servicio Social en ambiente real con los clientes de la Escuela Nacional de Alpinismo ItalianTREK. A cada aspirante guía se le asignará un tutor personal dentro de los Guía-Instructores Alpino de la Escuela Nacional de Alpinismo ItalianTREK. Se ocupará un sistema a créditos: por cada salida se asignará un número de créditos, y el alumno podrá acceder al examen una vez totalizadas la cantidad de 200 créditos.
Sesiones Teórica Y Práctica	Día 1: Estándares de calidad y seguridad. Día 2: Normatividad internacional. Día 3: Procedimientos y logísticas de grupo. Día 4: Protocolos de protección civil. Día 5: Elementos de pedagogía y métodos de enseñanza. Día 6: Elementos de botánica y conservación del medio ambiente. Día 7-8-9: Primeros Auxilios en Ambiente Agreste y Alta Montaña Día 10-11: Cordada del Guía en Alta Montaña. Día 12-13: Cordada del Guía en Pared.
Servicio Social	Práctica Alta Montaña (100 créditos, aprox. 10 salidas) Durante las prácticas se aprenderá y aplicará en el campo la evaluación del territorio, Diseño de itinerarios, protocolos para conducción de grupos y aseguración de clientes en alta montaña, durante actividades como cursos y expediciones. Práctica Paredes (100 créditos, aprox. 10 salidas) Durante las prácticas se aprenderá y aplicará en el campo evaluación del territorio, diseño de itinerarios, protocolos para conducción de grupos, aseguración de clientes en paredes, durante actividades como cursos y expediciones.

Programa 3° Año

Evaluación Final	Se valorarán sea las capacidades técnicas que las de conducción de grupo y en caso de aprobar la misma recibirá un Diploma con valor curricular y registros de Secretaría de Protección Civil Secretaría de Trabajo y Previsión Social.
Pruebas	Día 1-2: Alta Montaña Evaluación del territorio, Diseño de itinerarios, Protocolos para conducción de grupos y Aseguración rápida, dominio de las diferentes técnicas de aseguración en glaciar y autorrescate en grieta. Día 1-2: Escalada en Roca Evaluación del territorio, Diseño de itinerarios, logísticas y protocolos para conducción de grupos, uso de protecciones rápidas, dominio de las diferentes técnicas de escalada: 11ª deportivo y multilargo. Día 1-2: Escalada Mixto/Hielo. Evaluación del territorio, Diseño de itinerarios, Protocolos para conducción de grupos, dominio de las diferentes técnicas de escalada, hasta los grados 11ª deportivo, V Alpino (con botas), A1 artificial, M. Día 1-2: Autorrescate Alpino. Evaluación de rutas y armado de sistemas, técnicas de autorrescate en pared y en Alta Montaña, Primeros Auxilios en Ambiente Agreste y en Alta Montaña.