

Cómo poner cadenas al coche ...

José Luis San Vicente

Esto no es el título de una de una película catastrofista o tipo comedia, es el título de un trabajo en formato poster que presentamos en el último Congreso de la Sociedad Española de Medicina de Auxilio en Montaña (SEMAM), que se celebró en Ramales de la Victoria (Cantabria) del 18 al 21 de septiembre de 2014.

En este trabajo se recoge un hecho REAL que terminó razonablemente bien pero que pudo haber tenido serias consecuencias.

En el estudio realizado se demuestra que la PREVENCIÓN es la principal herramienta en la lucha contra el frío y ante otras muchas situaciones que se dan en la montaña... y en la vida misma.

Este suceso se produjo en un entorno humanizado, el entorno de la estación de esquí de Candanchú, donde la concurrencia de una serie de factores que, por sí solos no hubiesen sido significativos, sí estuvieron a punto de producir una situación ciertamente trágica.

Introducción:

El uso de nuestro vehículo en invierno conlleva que, a veces, nos veamos forzados a poner cadenas en las ruedas para poder continuar nuestro viaje. Hacerlo significa que estamos sobre un terreno nevado con la consiguiente exposición al frío y sus consecuencias.

Las congelaciones son una patología frecuente en la montaña invernal. El hecho de estar en un entorno urbanizado o controlado no disminuye la posibilidad de incidencia, pues la exposición al medio, baja temperatura, viento, humedad, etc... es la misma y debemos hacer una adecuada gestión del riesgo.

La combinación de condiciones climáticas extremas y una errónea toma de decisiones van a producir, en un varón sano, congelaciones en nueve dedos de las manos.

Descripción de los hechos:

Domingo 20 de enero de 2013. Puerto de Somport, Huesca.

M.F.A. sólo había desayunado un vaso de café con leche (sin azúcar) a las 6 de la mañana. Ventisca desde Canfranc-Estación. Carretera de acceso a Astún cerrada por nieve. Temperatura de -5° / -6° . Ventisca: viento de 57 km/h. Sensación térmica aprox. -20° .



y no morir en el intento

Tiempo de exposición al frío aproximadamente 1 hora (entre las 9'15 y 10'15h.) M.F.A. aparca junto a la frontera de Somport y decide poner cadenas. Sale del coche sin anorak y sin guantes. Las cadenas estaban en el maletero, enredadas... intenta desliarlas sin conseguirlo y coge otras. Se quita el jersey y se queda en manga corta. E Intenta poner la primera cadena. Consigue poner la primera cadena (+/- 15 min.) se pone el jersey porque ya está helado. Mientras, su mujer ya ha conseguido desliar el primer juego de cadenas. Decide quitar la 1ª cadena y poner otras dos del mismo par.

A estas alturas ya tiene mucho dolor en las manos. Entra al coche y se calienta las manos en la salida de la calefacción. Toma un café con leche en un bar de Candanchú. En esos momentos tiene un dolor muy fuerte en las yemas de los dedos, especialmente en la mano derecha.

El aspecto de sus dedos era: hinchazón y palidez desde la falange media a la distal y la sensación de no sentir las yemas. Sensación de “acorchamiento”. El dolor seguía siendo muy fuerte. Dada la climatología y la nueva situación, inicia el regreso a casa. Después quita las cadenas, ahora ya con guantes.

El dolor continuaba, no tan agudo, y tenía que conducir sin usar los dedos. Las ampollas le empezaron a salir hacia las 4 de la tarde, unas seis horas después de la exposición.



Cuando llega a Zaragoza, le hacen los primeros baños de agua caliente, entre 38° y 40° y Betadine®. En total está dos semanas de Baja Laboral.

40 días después, recupera la “casi” totalidad de la sensibilidad. Dice que le falta todavía como un “puntito” en la yema de todos los dedos.

Resultado:

Congelación en falanges distales de nueve dedos de ambas manos con formación de ampollas serohemorrágicas y escaras que se desprenden a los 21 días. Como secuelas hay impotencia funcional, disminución táctil, que se recupera a los 50 días, y dolor a la exposición al frío que persiste en la actualidad (abril 2014)





Discusión:

La preparación ante el frío es imprescindible para evitar congelaciones. El visitante a la montaña invernal ha de conocer la importante relación entre la temperatura y la velocidad del viento (Wind Chill) que nos va a producir una sensación térmica muy inferior a la esperada. Estar ubicado en una localización más o menos urbanizada no va a disminuir la influencia del frío sobre nuestro organismo.

Es obligado hacer una adecuada gestión del riesgo y aplicar medidas preventivas acordes a la situación: uso de guantes, imprescindible, y ropa de abrigo que cubra todo nuestro cuerpo. Por la cabeza podemos perder hasta un 25% del calor corporal. Es necesaria una ropa técnica y térmica adecuada, al igual que una correcta hidratación previa y nutrición con aporte calórico que restaure las calorías consumidas por el organismo en su lucha contra el frío.

Conclusiones:

- 1.-La preparación ante el frío es imprescindible para evitar congelaciones.
- 2.-El visitante a la montaña invernal ha de conocer la importante relación entre la temperatura y la velocidad del viento. La Sensación Térmica sentida por el organismo es muy inferior a la temperatura marcada por el termómetro.
- 3.-La anticipación a los acontecimientos es fundamental.
Anticipación = Prevención, Preparación, Planificación.
- 4.-La lucha contra el frío comienza por una alimentación con un mayor aporte calórico y una hidratación adecuada.
- 5.-Los materiales a utilizar deben estar en perfecto estado. Listos para su uso. Un material desordenado, o inadecuado, aumentara el tiempo necesario para su uso y causara una mayor exposición a los elementos.
- 6.-Hay que proteger adecuadamente todas las zonas de pérdida de calor y especialmente aquellas en contacto directo con objetos helados.

Dicen los sabios: “Si tienes frío en las manos, ponte otro jersey”.

Agradecimientos

A M.F.A. Por ceder sus manos a la experimentación.

A la familia Figuer-Enciso por facilitarnos la información sobre los hechos y permitir su publicación.