



En nuestras salidas de montaña o en nuestras excursiones, hemos de estar preparados para saber actuar ante situaciones de emergencia, ya que muchas rutas podrán transitar por sitios con cierto peligro, ya sea por posibles caídas, golpes, picaduras, ataques de algún animal, etc. Como los peligros que nos entrañas son muchos y posiblemente no tengan acceso adecuados los sanitarios, deberemos de conocer los primeros auxilios y como aplicarlos a la víctima de manera correcta, ya que estos primeros cuidados pueden ser vitales para la supervivencia de la víctima.

En esta sección te mostraremos no sólo como actuar ante un accidente, sino como realizar los primeros auxilios de ser necesarios, como preparar un botiquín para nuestras salidas al campo y como realizar correctamente las peticiones de auxilio, ya que es tan importante saber aplicar los primeros auxilios, como favorecer a los sanitarios una rápida actuación. No obstante, no sólo deberemos de saber actuar ante un accidente, si no que debemos de ser capaces de evitarlos y prevenirlos y los primeros auxilios sólo deberían de ser

necesarios si falla primero la prevención.

[ [General](#) ] | [Como actuar ante](#)

[accidente](#)

| [E](#)

[botiquín](#)

|

[Petición de auxilio](#)

## Guía Primeros auxilios para el montañismo y senderismo



En nuestras salidas de montaña o en nuestras excursiones, hemos de estar preparados para saber actuar ante situaciones de emergencia, ya que muchas rutas podrán transitar por sitios con cierto peligro, ya sea por posibles caídas, golpes, picaduras, ataques de algún animal, etc. Como los peligros que nos entrañas son muchos y posiblemente no tengan acceso adecuados los sanitarios, deberemos de conocer los primeros auxilios y como aplicarlos a la víctima de manera correcta, ya que estos primeros cuidados pueden ser vitales para la supervivencia de la víctima. En esta sección te mostraremos toda una guía de primeros auxilios, que no sólo te ayudarán a saber como actuar ante un accidente, sino como realizar los primeros auxilios con garantías de ser necesarios, como preparar un botiquín para nuestras salidas al campo y como realizar correctamente las peticiones de auxilio, ya que es tan importante saber aplicar los primeros auxilios, como favorecer a los sanitarios una rápida actuación por su parte, ya que el tiempo es la variable más importante a tener en cuenta. No obstante, no

sólo deberemos de saber actuar ante un accidente, si no que debemos de

[ser capaces de evitarlos y prevenirlos](#)

y los primeros auxilios sólo deberían de ser necesarios si falla primero la

[prevención](#)

