

Seguridad del kayak

✘1. Flotabilidad

- ✓ Compartimentos estancos a proa y popa con suficiente flotabilidad, provistos de tapas herméticas.
- ✓ Cubrebañeras adecuado, que ajuste bien. Si es de neopreno nos abrigará más.
- ✓ Bomba de achique portátil o fija, achicador y esponja.
- ✓ Medios complementarios en caso de vuelco, (flotador de pala hinchable). Aprenda y practique el esquimotaje.

✘2. Propulsión

- ✓ Pala de repuesto desmontable.

✘3. Equipo

- ✓ Cabo de seguridad alrededor de la cubierta del kayak. Asas en los extremos.
- ✓ Elásticos de sujeción en cubierta.
- ✓ Cabo de remolque (mínimo 10 mts de largo)
- ✓ Brújula sumergible, fosforescente.
- ✓ Cinta adhesivo para tapar vías de agua.
- ✓ Bandas reflectantes en kayak y palas.

Seguridad personal

✘1. Flotabilidad

✓ chaleco salvavidas especial para kayak de mar, preferible con arnés de seguridad incorporado, silbato, espejo de señales y cuchillo. También protege del frío.

✘2. Hipotermia

✓ Traje de neopreno con bandas reflectantes.

✓ Camiseta térmica, e hidrófuga.

✓ Escarpines con suela.

✓ Impermeable con puños y cuello en neopreno, transpirable y con bandas reflectantes.

✓ Bolsa estanca con ropa seca.

✓ Termo con bebida caliente.

✘3. Equipo

Imprescindible

✓ Linterna estanca con pulsador para señales. Preferible combinada con flash de destellos.

✓ Botiquín y protección solar.

✓ Bengalas de señales color rojo.

✓ Carta náutica y tabla de mareas.

✓ Agua (mínimo 2 lts/día).

✓ Alimentos de alto poder nutritivo.

Opcional

✓ VHF banda marina portátil 5 W, perfectamente estanco.

✓ Radiobaliza 406 Mhz.

Antes de salir a la mar

✗ 1. Lista de comprobación

- ✓ Compruebe la lista de equipo personal, kayak y material de seguridad, adecuada a la navegación que vaya a realizar.
- ✓ Evite la pérdida de objetos de su equipo amarrándolos al kayak con elásticos o cabos.

✗ 2. Previsión meteorológica

- ✓ Estudie el parte meteorológico. Los Centros de Salvamento Marítimo y las Estaciones Radiocosteras emiten boletines en canal 16 de VHF.
- ✓ Evite correr riesgos innecesarios. No salga a navegar en caso de mal tiempo o escasa visibilidad. Tenga en cuenta que en la costa las condiciones meteorológicas pueden cambiar muy rápidamente.

✗ 3. Plan de navegación

- ✓ Comunique el Plan de Navegación a su club o a una persona responsable en tierra. No olvide incluir datos fundamentales en caso de rescate:
 - Puntos de salida y llegada.
 - Horario Previsto.
 - Itinerario.
 - Alternativas en caso de mal tiempo o emergencia.
 - Descripción de los kayaks, sus colores, etc.
 - Descripción y datos de los coches propios.
- ✓ Estudie las posibles dificultades del itinerario a seguir y prepare la carta de navegación anotando rumbos, distancias, y rutas alternativas de emergencia.
- ✓ No altere el Plan de navegación salvo por fuerza mayor. Si lo altera comuníquelo inmediatamente.
- ✓ Al concluir la navegación avise siempre a su club o responsable en tierra.

Navegando

- ✓ Evite navegar solo. Procure hacerlo en grupo, es más divertido y mucho más seguro, (mínimo 3 kayaks). Mantenga contacto visual con sus compañeros de travesía. Establezca un sistema de señales.
- ✓ Respete a los demás usuarios del agua, ya sean bañistas o superpetroleros. Hemos de evitar los riesgos de colisión. Nunca debemos suponer que la otra embarcación nos ha visto y maniobrárá adecuadamente.
- ✓ Evite salir a la mar al atardecer, si cae la noche será muy difícil encontrarle.
- ✓ No se aleje innecesariamente de la costa.
- ✓ Utilice casco si puede golpearse la cabeza contra las rocas. Imprescindible si practica surf en las rompientes.

Emergencia

- ✓ La hipotermia es el mayor peligro para la vida del kayakista.
- ✓ No abandone su kayak, será localizado más fácilmente y le servirá para mantenerse a flote.
- ✓ En caso de niebla ponga rumbo a la costa orientándose por los sonidos, la brújula, el sol si es perceptible o el viento y la mar de fondo existentes antes de empeorar la visibilidad.
- ✓ No dude en pedir auxilio a los Centros de Salvamento Marítimo a través del canal 16 de VHF.
- ✓ Siga fielmente las instrucciones de los rescatadores de las unidades aéreas o marítimas que le asistan.
- ✓ Aprenda y practique técnicas de salvamento en grupo y de autosalvamento tales como esquimotaje, apoyos, etc.
- ✓ También puede contactar con los Centros de Salvamento a través del teléfono **900 202 202**.