

# Perdidos na montanha em grupo ou em solitário

## Porque nos perdemos?

Por muitas razões! Alguns saem de casa sem mapa porque o trilho lhes parece evidente. Outros falham na confirmação de alterações recentes em aceiros, estradas e caminhos. Alguns confiam mais no seu instinto do que na bússola. Outros não se preocupam em trabalhar com o mapa em casa e crêem que saem com uma boa imagem mental da zona. Alguns não prestam suficiente atenção durante o decorrer do trajecto de ida, para depois regressarem de volta pelo mesmo caminho.

Existem outros que confiam nas habilidades e conhecimentos do companheiro que entretanto está a sentir-se perdido.

## Como nos perdemos?

Não dedicamos o tempo necessário a pensar até onde temos que ir, antes de se fazer tarde para o regresso. Por vezes não acertamos nos cruzamentos de caminhos, ou seguimos pistas de animais. Outras vezes seguimos sempre em frente sem parar para pensar, mesmo com o clima e a visibilidade a piorar e por vezes com a fadiga e o desânimo do grupo instalados.

## O que fazer se o grupo se perde?

A primeira regra é **PARAR!** Assim evitas a tentação de seguir em frente cheio de optimismo. **Trata de determinar o ponto onde te encontras.** Se não consegues, recorda qual foi o último ponto em que o grupo sabia a sua posição exacta. Se esse ponto está relativamente perto, a menos de uma hora de caminho, volta para trás e volta a pôr-te no caminho certo. Mas se esse ponto está a várias horas de distância e podes fazer um cálculo razoável da tua posição real, então segue em frente, tomando todas as precauções e prestando toda a atenção aos pontos de referência na zona. Se entretanto o grupo se cansa e aproxima-se o escurecer antes de encontrar o caminho certo, começa a pensar na hipótese de preparar um bivaque de emergência para pernoitar num local seguro.

Um grupo de duas ou mais pessoas raramente corre perigo em caso de se perderem, mesmo não tendo grande experiência em ambiente de montanha. **O verdadeiro perigo corresponde ao indivíduo que se separou do grupo.** Por este motivo é importante manter agrupados todos os elementos que compõem a equipa e manter um "vassoura" na retaguarda para evitar perdas dos mais lentos.

(continua...)



### **Como actuar em caso de te perderes sozinho?**

De novo a regra número um é **PARAR!** Olha ao teu redor à procura de outros membros do grupo, grita e permanece atento às chamadas de resposta. Se só o silêncio te responde, senta-te, mantém a calma e combate o medo com inteligência.

Uma vez calmo, começa a realizar tarefas pertinentes. **Consulta o teu mapa e anotações, para tentares determinar a tua posição e planeia uma rota para regressares em caso de não encontrares os teus companheiros.** Assinala a tua posição com um monte de pedras ou outros objectos e depois explora a área em todas as direcções, regressando sempre à posição assinalada inicialmente.

Com tempo e antes do escurecer, **prepara-te para passar a noite:** procura água, lenha e protecção para dormir em local seguro. Estar activo mantém o teu ânimo alto. Acende uma fogueira e mantém o lume aceso para que quem te procure possa localizar-te. Cantar e assobiar ajuda no ânimo e o grupo de busca poderá ouvir-te.

Nestes casos, o mais provável é que consigas reunir-te ao grupo na manhã seguinte. Em caso contrário luta contra o pânico. Depois de uma noite de solidão, uma hipótese possível, será ires em direcção a uma linha base, que determinaste antes de começar a andar: uma crista, uma linha de água, ou um caminho por exemplo. Se o terreno é demasiado difícil para progredires sozinho, pode ser melhor concentrares o teu esforço em facilitares a tarefa aos teus companheiros de te encontrarem.

**Para o grupo de resgate é mais fácil encontrarem uma pessoa perdida, se esta se manter num lugar aberto, mantendo uma fogueira acesa e gritar a cada tempo certo; em vez de caminhar inutilmente sem destino a um passo à frente desse grupo de resgate.**