



Access
the
inaccessible®



ACCESSBOOK n° 4

Técnicas básicas para la escalada en hielo





© Petzl / Mathis Dumas

Access the Inaccessible. Usted tiene sueños y nuestra vocación es ayudarle a realizarlos lo más eficazmente posible.

Estos cuadernos ACCESS BOOK de Petzl están destinados a acompañarle en la preparación y la consecución de sus sueños como alpinista, escalador, esquiador... Cada ACCESS BOOK trata de una actividad concreta. Recopila una selección de consejos técnicos de entre los que están disponibles en www.petzl.com.

Este cuarto cuaderno está dedicado a la escalada en hielo. Abordamos aspectos técnicos de la actividad como la elección del material, colocación de tornillos, progresión, montaje de reuniones o realización de Abalakovs. La particularidad de esta actividad está relacionada con su entorno: el hielo. Además de la técnica, la escalada en hielo requiere una experiencia importante para entender mejor la calidad del hielo y su evolución: en este cuaderno, no vamos a tratar este tema.

Advertencias:

- Estos cuadernos presentan un extracto del conjunto de las técnicas de la actividad.
- Fórmese y entrénese en las técnicas de la actividad.
- Lea atentamente las fichas técnicas de los productos relacionados con las técnicas propuestas.
- El entorno y la actividad en sí misma son por naturaleza peligrosos. Usted es responsable de sus actos y de sus decisiones.

Sumario

EL MATERIAL TÉCNICO DEL GLACIARISTA

Material	2
¿Crampones bipunta o monopunta?	3

CONOCIMIENTOS BÁSICOS DE LA PROGRESIÓN

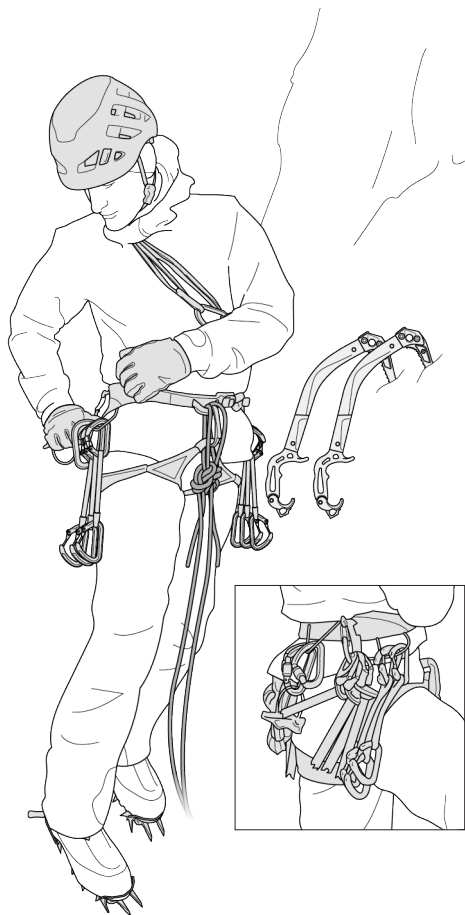
Posición básica	4
Gestualidad del debutante	5
Colocar tornillos	6
Montar una reunión	8

EL DESCENSO

Realizar un Abalakov	10
Descender en rápel desde un Abalakov	11

MANTENIMIENTO DEL MATERIAL

Afilado	12
---------	----



Piolets: mango curvado para una potencia de pegada óptima, anclajes y gancheos más eficaces en hielo vertical. Empuñadura desplazada para ganar en movilidad y mejorar el confort en suspensión.

Crampones: crampones técnicos monopunta o bipunta.

Portatornillos: accesorio indispensable para facilitar el acceso y la organización de los tornillos en el amés con una mano.

Tornillos: procure tener suficientes y de diferentes medidas para protegerse en los largos.

Gancho para Abalakov: indispensable para realizar Abalakovs (consulte página 10).

Un trozo de cordino para Abalakov: lleve de 3 a 5 m de cordino de 6-7 mm de diámetro para poder realizar Abalakovs.

Cuerdas: opte por una cuerda con un tratamiento DRY que favorece su manejabilidad en condiciones frías y húmedas.

Gautes: mejor llevar dos pares ya que se mojan rápidamente. Guarde un par en caliente dentro del plumón. Evite los gautes voluminosos tipo gautes de esquí o manoplas, que no permiten una buena prensión de los piolets.

Equipos de seguridad para múltiples largos: amés, casco, cintas exprés, aparato para asegurar...

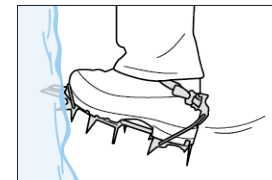


Medida del tornillo	Utilización principal
Larga (21 cm)	Realizar Abalakovs / reunión
Media (17 cm)	Protección en progresión / posible reunión si el hielo es de buena calidad
Corta (13 cm)	Protección en progresión en hielo de fino a muy fino

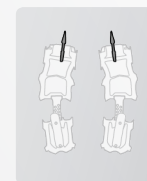


La configuración bipunta proporciona una buena estabilidad lateral: idónea para debutar.

- **Bipuntas largas:** configuración óptima para goulotte o cascada de hielo de dificultad moderada. Cuando el hielo está recubierto de nieve, las puntas largas le permiten llegar al hielo, después de haber atravesado la nieve.



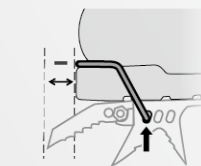
- **Bipuntas cortas:** para hielo duro. Las puntas secundarias se apoyarán en el hielo, añadiendo estabilidad y reduciendo la fatiga de las pantorrillas.



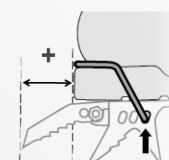
La configuración monopunta es interesante para la escalada técnica o hielo duro cuando se busca precisión. Favorece una mejor penetración de las puntas, permitiendo un mejor giro del pie y facilita los gancheos.



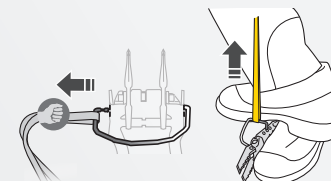
Regulando el sistema de fijación delantero, podrá adelantar más o menos la bota en el crampón y regular así la longitud de penetración de las puntas frontales.



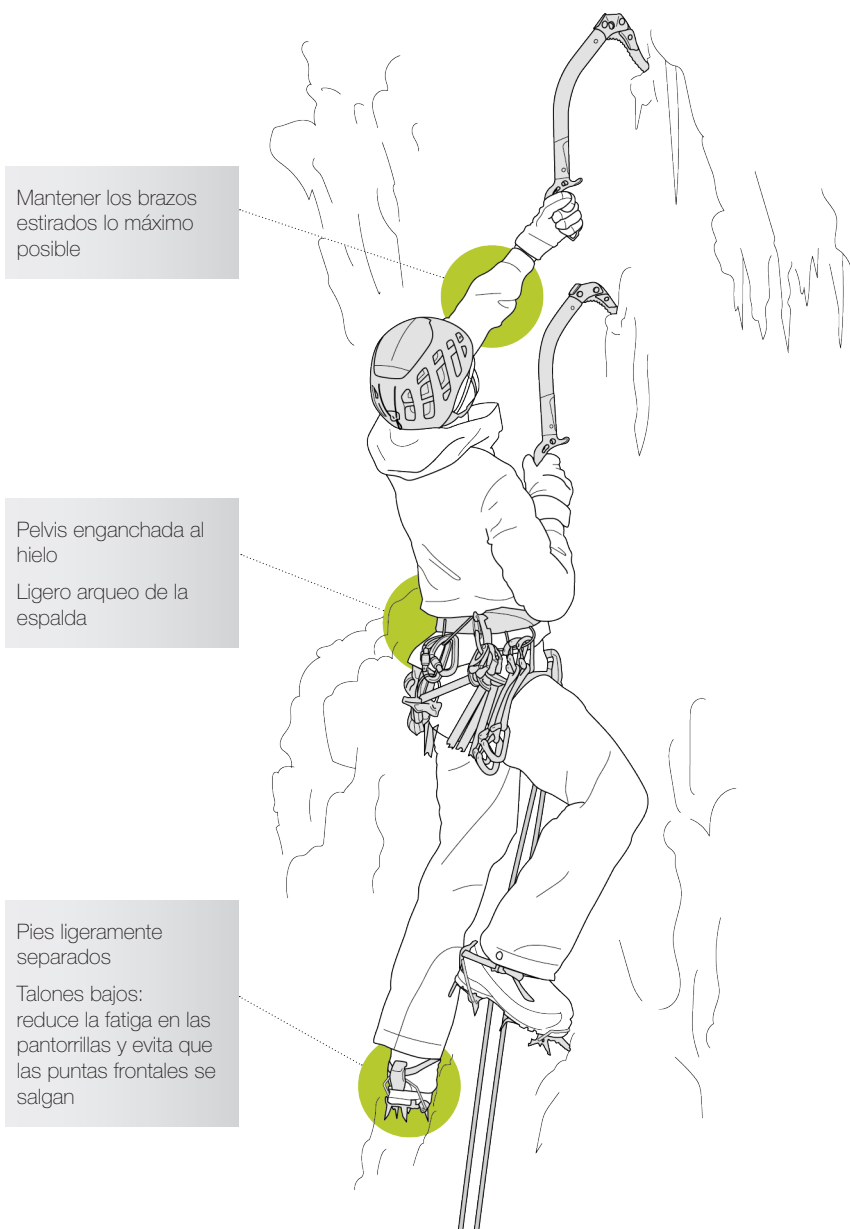
2 cm min.



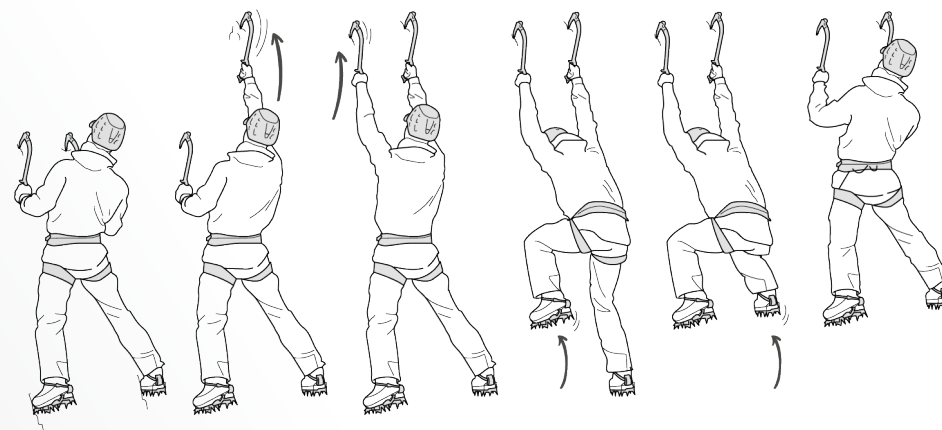
Truco para desmontar el estribo delantero



Posición básica



Gestualidad del debutante



Priorice subir los pies para reservar los brazos.



Evite subir por encima de sus piolets: se arriesga a desclavarlos.



Para la pegada, vea nuestro vídeo **La gestualidad en escalada en hielo - Lo básico** disponible en [Petzl.com](https://www.petzl.com).

Colocar tornillos

¿Cuándo colocar un tornillo?

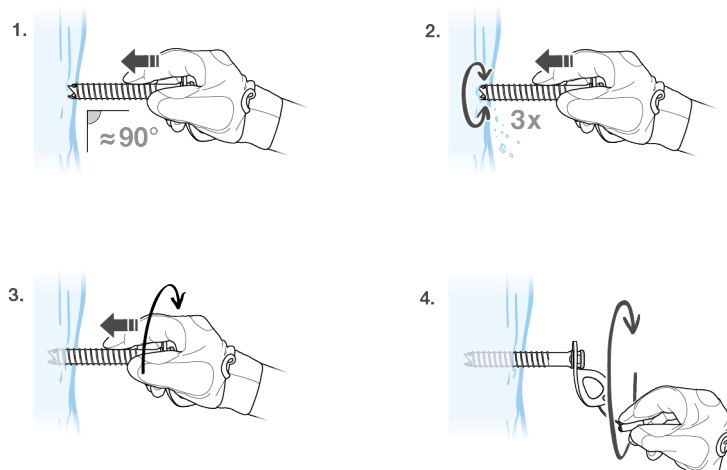
No espere a estar en dificultades para colocar un tornillo. Anticípese al máximo a este momento para encontrar una zona de buen hielo y colocar un tornillo relajadamente.

¿Dónde colocar un tornillo?

Escoja el hielo lo más grueso y lo más homogéneo posible. Evite las zonas de hielo blando, poroso o agrietado. Limpie el hielo o la nieve superficial. Escoja la longitud del tornillo adecuada al grosor del hielo. El estado del hielo determina la solidez del tornillo.

No deje el piolet cerca de la zona donde colocará el tornillo.

¿Cómo colocar un tornillo?



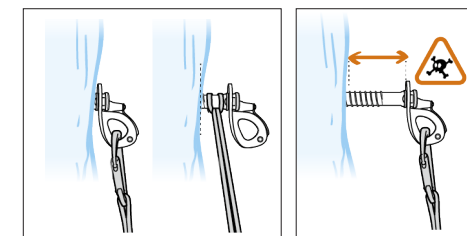
Para colocar un tornillo, vea nuestro vídeo **Bases de la escalada en hielo** disponible en [Petzl.com](https://www.petzl.com).

Colocar tornillos

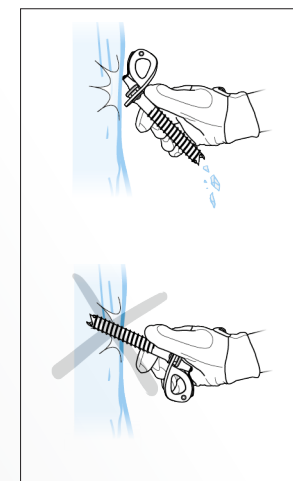
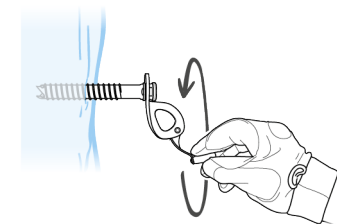


© Petzl / Mathis Dumas

Mosquetonear el tornillo

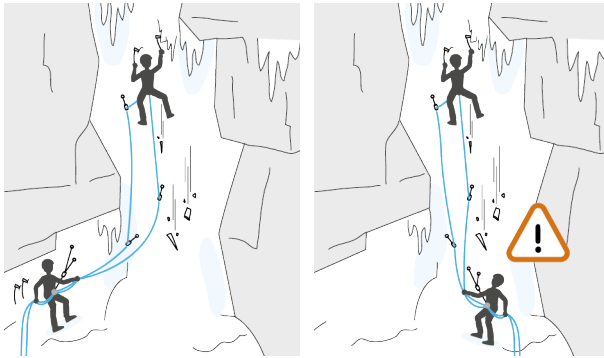


¿Cómo sacar un tornillo?

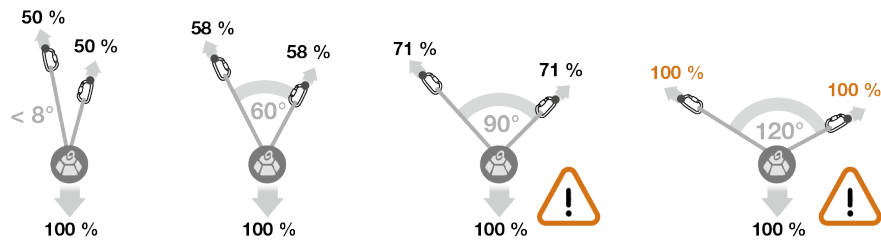


Montar una reunión

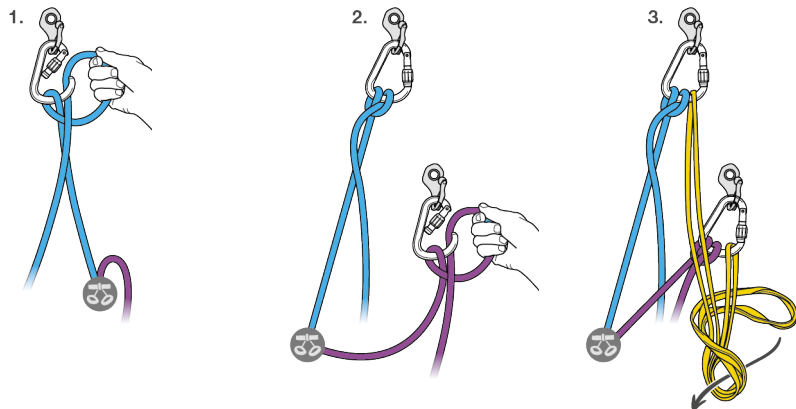
Anticipe la posición de la reunión: ésta debe estar protegida de los bloques de hielo que podrían caer del largo siguiente. Debe ser mínimamente confortable y realizada en hielo de buena calidad. Utilice tornillos largos.



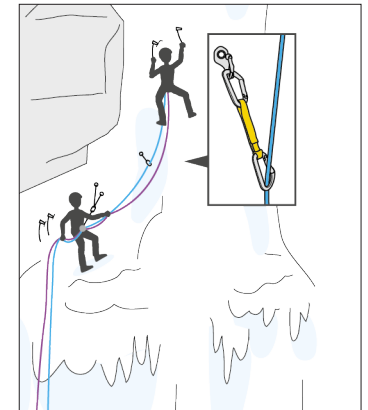
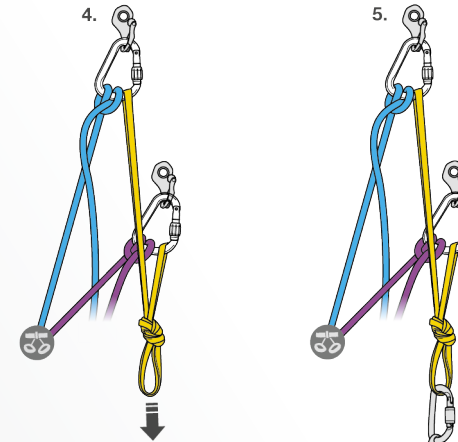
Ángulos de triangulación de la reunión



Instalación de una reunión con tornillos



Montar una reunión

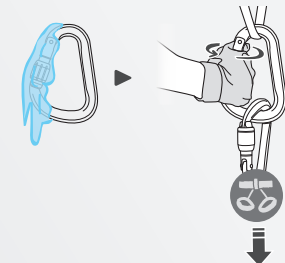


Atención, coloque correctamente un tornillo inmediatamente al salir de la reunión para proteger al primero al inicio del largo siguiente.



Desenroscar un mosquetón de rosca helado:

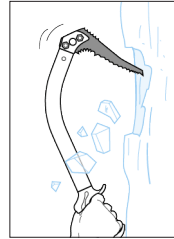
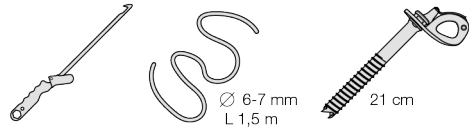
Colgarse del mosquetón y mantener la rosca en la palma de la mano.



EL DESCENSO

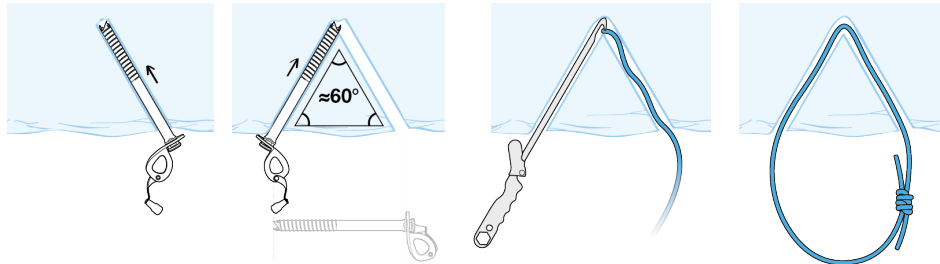
Realizar un Abalakov

El material



Antes de realizar el Abalakov, empiece por limpiar el hielo con el piolet.

La realización



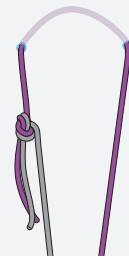
La resistencia del Abalakov depende mucho de la calidad del hielo, pero también de cómo se ha realizado (distancia entre orificios, ángulo...). Atención a los Abalakovs que encuentre ya realizados, pueden presentar daños no visibles y podrían ser peligrosos si se utilizan.



El Abalakov seco:

Se puede pasar la cuerda de rápel directamente por el orificio del Abalakov.

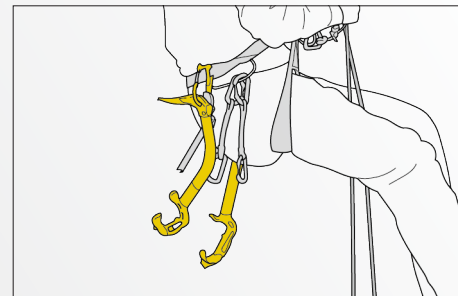
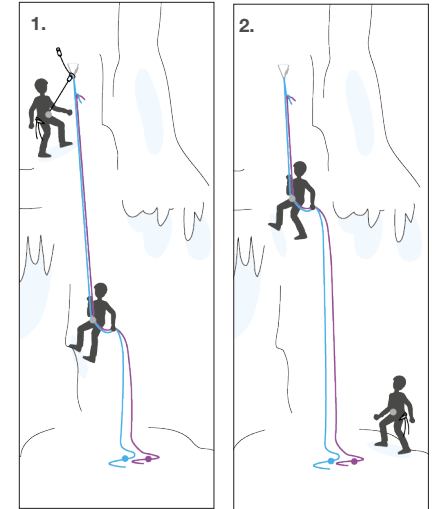
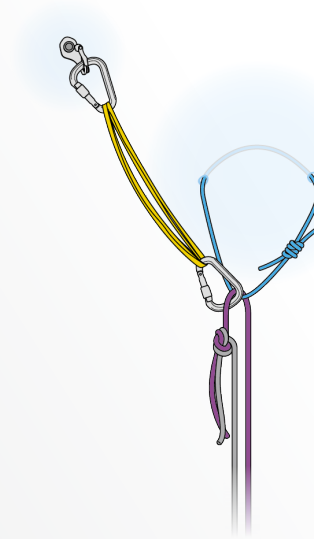
- + Facilidad de encadenamiento de los rápeles.
- + No se abandona material.
- Posible rehielo de la cuerda en el Abalakov.
- Más rozamiento cuando se recupera la cuerda.



EL DESCENSO

Descender en rápel desde un Abalakov

Un tornillo está colocado como seguro del Abalakov para el descenso del primero. El último retira este tornillo antes de descender.



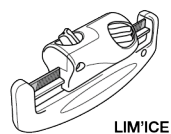
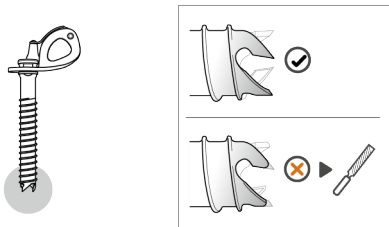
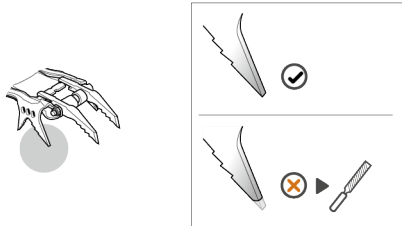
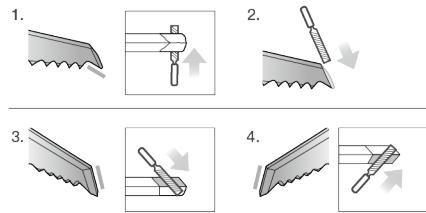
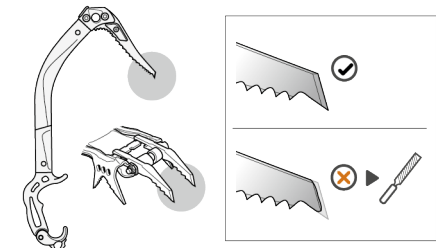
Pioletes guardados al amés durante el descenso, hoja del piolet hacia atrás.

Afilado

En escalada en hielo, es esencial realizar un buen mantenimiento del material. Procure secar bien su equipo después de cada salida. También es importante vigilar el buen afilado de los tornillos, piolets y crampones para una penetración fácil en el hielo.

Sea cual sea el producto, el afilado es una operación delicada. Respete siempre la inclinación inicial del filo de los dientes.

El material necesario



Para una afilado óptimo,
vea nuestro vídeo **Afilado
de los tornillos de hielo**
disponible en Petzl.com.

Notas

Para ir más lejos...



Encontrará todos los consejos técnicos y vídeos
para escalar en hielo en **www.petzl.com**



© Petzl / Mathis Dumas - Portada: © Petzl / Mathis Dumas

La información contenida en este cuaderno no es exhaustiva.
Consulte las fichas técnicas de los productos y sus consejos
técnicos. Formación indispensable.
En montaña, el entorno en el que se progresa es por naturaleza
peligroso: usted es responsable de sus actos, de sus
decisiones y de su seguridad.

Documento impreso en papel reciclado.
© Petzl 2018



Access
the
inaccessible®