



M I D E

MÉTODO PARA LA INFORMACIÓN
DE EXCURSIONES

El Método para la Información De Excursiones o MIDE, se realizó durante el año 2002 en el marco del programa Montañas para Vivirlas Seguro (MVS).

Los promotores de este programa y del MIDE son la Federación Aragonesa de Montañismo, el Servicio de Protección Civil de la Dirección General de Interior del Gobierno de Aragón, y la Obra Social y Cultural de IBERCAJA.

El autor del MIDE es Alberto París Roche.

El uso del MIDE es libre y gratuito, siempre que se respete para su aplicación la metodología del manual de procedimientos, y como contribución a la seguridad y disfrute de los excursionistas. La Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada y la Federación Aragonesa de Montañismo recomiendan el uso del MIDE.

www.euromide.info

www.fam.es

fam@fam.es

MIDE

(Método de Información De Excursiones)

Manual de procedimientos (Versión 1.0)

Desarrollado a partir del convenio de colaboración
entre Protección Civil del Gobierno de Aragón,
Obra Social y Cultural de Ibercaja y la Federación
Aragonesa de Montañismo, en el marco de la
campaña "Montañas para Vivirlas Seguro"



INTRODUCCIÓN

Este documento presenta el Manual de procedimientos del M.I.D.E., fruto de una de las acciones de la campaña de prevención de accidentes Montañas para vivirlas seguro 2002, promovida por la Federación Aragonesa de Montañismo, el Servicio de Protección Civil de la Dirección General de Interior del Gobierno de Aragón, y la Obra Social y Cultural de IBERCAJA.

El MIDE, o Método de Información De Excursiones, se ha concebido como herramienta para la prevención de accidentes en excursiones por el medio natural. El sistema permite clasificar en libros, guías, topoguías, oficinas de turismo, etc, los recorridos, para que cada persona elija conforme a sus capacidades y gustos.

Para valorar una excursión con el MIDE debe utilizarse este Manual de procedimientos, en el que se explica qué es exactamente y cómo se gradúan los distintos aspectos de dificultad. Hay que tener en cuenta que:

- La graduación de una excursión se hace siempre para unas determinadas condiciones estacionales y del terreno. Una excursión podrá tener distinta valoración según la estación del año.
- La graduación debe realizarse por personas experimentadas en el excursionismo y que conozcan bien el recorrido y las condiciones geográficas de la zona.
- Utilizar correctamente el manual MIDE requiere estudio, atención e interés.

En la página 14 se presenta un ejemplo de 58 excursiones graduadas con el MIDE. Se trata de las excursiones que se utilizaron en un estudio piloto de validación. Hay excursiones de todo tipo, y aunque predominan las de montaña en el Pirineo Aragonés, se han graduado para condiciones de pleno verano, sin nieve.

Si desea descargarse el Manual de procedimientos en pdf, puede hacerlo en: www.euromide.info o en www.fam.es



M.I.D.E. (Método de Información De Excursiones). Manual de procedimientos (Versión 1.0)

M.I.D.E. es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección. Su uso es libre para el informador y sólo complementa, de una forma unificada, las descripciones, valoraciones y recomendaciones que cada autor considere oportunas. El uso es libre también para el informado que sabe que la naturaleza es más compleja que lo que un sistema subjetivo como el **M.I.D.E.** puede valorar.

El M.I.D.E. está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

El **M.I.D.E.** consta de informaciones de referencia y de valoración, que cada informador tendrá que graduar conforme a este manual de procedimientos:

REFERENCIAS

- *Lugares de inicio, paso y llegada de la excursión que se describe*
- *Desnivel positivo acumulado*
- *Desnivel negativo acumulado*
- *Distancia horizontal*
- *Época y/o condiciones para las que se aplican las valoraciones*
- *Dificultades técnicas específicas, si las hubiera*



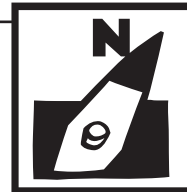
VALORACIONES DEL:

	Medio. Severidad del medio natural	Se valorarán de 1 a 5 puntos, respetando estrictamente este manual de procedimientos	<i>Ejemplo:</i>				
	Itinerario. Orientación en el itinerario		MIDE	Valle de Salenques desde el puente de Salenques			
	Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento		Horario: 1 h 30 min				
	Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario		Desnivel de subida: 180 m				
		Desnivel de bajada: 180 m					
		Distancia horizontal recorrida: 4,5 km					
						Condiciones de verano, sin nieve, tiempos estimados según criterios MIDE, sin paradas, ida y vuelta	
		1	2	2	2		



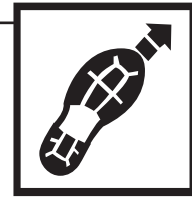
SEVERIDAD DEL MEDIO

	Para el informado	Para el informante; criterios para la graduación	
1	El medio no está exento de riesgos	Se considera muy probable 1 factor de la lista	<p><i>Lista de factores de riesgo. Cada factor se cuenta una sola vez.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Exposición en el itinerario a desprendimientos espontáneos de piedras • Exposición en el itinerario a desprendimientos espontáneos de nieve o hielo • Exposición en el itinerario a desprendimientos de piedras provocados por el propio grupo u otro • Eventualidad de que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente
2	Hay más de un factor de riesgo	Se consideran muy probables 2 o 3 factores de la lista	<ul style="list-style-type: none"> • Existencia de pasos en que sea necesario el uso de las manos • Paso de torrentes sin puente • Paso por glaciares o ciénagas • Paso probable por neveros o glaciares, independientemente de su inclinación
3	Hay varios factores de riesgo	Se consideran muy probables 4, 5 o 6 factores de la lista	<ul style="list-style-type: none"> • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 0° C • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 5° C y la humedad relativa supere el 90% • Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de -10° C
4	Hay bastantes factores de riesgo	Se consideran muy probables 7, 8, 9 o 10 factores de la lista	<ul style="list-style-type: none"> • Paso por lugares alejados a más de 1 hora de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta • Paso por lugares alejados a más de 3 horas de marcha (horario MIDE) de un lugar habitado, un teléfono de socorro o una carretera abierta • La diferencia entre la duración del día (en la época considerada) y el horario del recorrido es menor de 3 horas
5	Hay muchos factores de riesgo	Se consideran muy probables 11 o más factores de la lista	<ul style="list-style-type: none"> • En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos (que no se juzguen infrecuentes) aumentaría considerablemente la dificultad de orientación • El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado o irregular que dificultaría la localización de personas • Exposición contrastada a picaduras de serpientes o insectos peligrosos



ORIENTACIÓN EN EL ITINERARIO

	Para el informado	Para el informante; criterios para la graduación
1	Caminos y cruces bien definidos	Caminos principales bien delimitados o señalizados con cruces claros con indicación explícita o implícita. Mantenerse sobre el camino no exige esfuerzo de identificación de la traza. Eventualmente seguimiento de una línea marcada por un accidente geográfico inconfundible (una playa, la orilla de un lago...)
2	Sendas o señalización que indica la continuidad	Existe traza clara de camino sobre el terreno o señalización para la continuidad. Se requiere atención para la continuidad y los cruces de otras trazas pero sin necesidad de una interpretación precisa de los accidentes geográficos. Esta puntuación se aplicaría a la mayoría de Senderos señalizados que utilizan en un mismo recorrido distintos tipos de caminos con numerosos cruces: pistas, caminos de herradura, sendas, campo a través de señal a señal (bien emplazadas y mantenidas).
3	Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales	Aunque el itinerario se desarrolla por trazas de sendero, líneas marcadas por accidentes geográficos (ríos, fondos de los valles, cornisas, crestas...) o marcas de paso de otras personas, la elección del itinerario adecuado depende del reconocimiento de los accidentes geográficos y de los puntos cardinales.
4	Exige navegación fuera de traza	No existe traza sobre el terreno ni seguridad de contar con puntos de referencia en el horizonte. El itinerario depende de la comprensión del terreno y del trazado de rumbos.
5	La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear	Los rumbos y/o líneas naturales del itinerario son interrumpidos por obstáculos que hay que bordear.



DIFICULTAD EN EL DESPLAZAMIENTO

	Para el informado	Para el informante; criterios para la graduación
1	Marcha por superficie lisa	Carreteras y pistas para vehículos independientemente de su inclinación. Escaleras de piso regular. Playas de arena o grava.
2	Marcha por caminos de herradura	Caminos con diversos firmes pero que mantienen la regularidad del piso, no presentan gradas muy altas, y permiten elegir la longitud del paso. Terreno apto para caballerías. Campo a través por terrenos uniformes como landas, taiga y prados no muy inclinados.
3	Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares	Marcha por sendas con gradas o escalones irregulares de distinto tamaño, altura, rugosidad e inclinación. Marcha fuera de senda por terrenos irregulares. Cruces de caos de piedras. Marcha por pedreras inestables.
4	Es preciso el uso de las manos o saltos para mantener el equilibrio	Tramos con pasos que requieren el uso de las manos hasta el I Sup.
5	Requiere el uso de las manos para la progresión	Pasos de escalada de II hasta el III+ de la escala UIAA. La existencia de estos pasos obliga a una mención explícita en el apartado "Dificultades técnicas específicas" aún en el caso de que el tramo (y por tanto la excursión) fueran valorados "4"



CANTIDAD DE ESFUERZO

	Para el informado	Para el informante; criterios para la graduación	
1	Hasta una hora de marcha efectiva	Hasta 1 h de marcha (criterios M.I.D.E.)	<p>Horario M.I.D.E. Criterios para el cálculo de horas de marcha efectiva</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desnivel: 400 metros /hora en subida y 600 metros /hora en bajada. • Recorrido horizontal: entre 5 y 3 Km hora según el piso del camino (carreteras y pistas 5 Km/h; caminos de herradura, sendas lisas y prados 4 Km/h; malas sendas, canchales y cauces de ríos 3 Km/h). <p>Para cada tramo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Calcular el horario resultante del desnivel y el resultante del recorrido horizontal. 2. Elegir el horario mayor y añadir la mitad del otro. <p>Redondear usando el sentido común y teniendo en cuenta detalles tales como cruces de ríos, tramos difíciles que requieren tiempo y esfuerzo pero no se avanza, pendientes muy favorables a la progresión, sendas estrechas pero rectas y lisas, etc.</p>
2	De 1 a 3 horas de marcha efectiva	Más de 1 h y hasta 3 h (2+1) de marcha (criterios M.I.D.E.)	
3	De 3 a 6 horas de marcha efectiva	Más de 3 h y hasta 6 h (3+2+1) de marcha (criterios M.I.D.E.)	
4	De 6 a 10 horas de marcha efectiva	Más de 6 h y hasta 10 h (4+3+2+1) de marcha (criterios M.I.D.E.)	
5	Más de 10 horas de marcha efectiva	Más de 10 h de marcha (criterios M.I.D.E.)	



Criterios para el tratamiento de la heterogeneidad en la valoración de la Dificultad en el Desplazamiento y la Orientación en el Itinerario.

Premisa: La mayoría de las excursiones están compuestas por tramos que obtendrían distinta valoración en los aspectos "Desplazamiento" e "Itinerario"; sin embargo el usuario necesita una valoración para su excursión.

Criterios que deben aplicarse:

- **Para cada aspecto se valorarán los distintos tramos.** Un tramo es una parte de una excursión con la entidad suficiente para ser considerado una excursión en sí mismo o para que su inclusión o exclusión modifique la valoración de ese aspecto.
- **La excursión se valorará en cada aspecto como el tramo de mayor puntuación.**
- La valoración de un tramo debe ser la del terreno predominante en él, admitiendo pasos aislados de hasta 1 punto por encima de esta graduación. **La mínima valoración que ha de asignarse a un tramo es un punto menor que su paso de grado máximo.**
- **En dificultad de Desplazamiento,** un tramo que presente **un paso de puntuación 4** (uso de las manos) en el que un error del excursionista pueda ocasionar su **caída al vacío o deslizamiento por la pendiente, será valorado 4** (y por tanto la excursión también).



Criterios de adición en los aspectos de Cantidad de Esfuerzo requerido y Severidad del Medio.

Criterios que deben aplicarse:

- Las horas de marcha efectiva de una excursión son la suma de las de los diferentes tramos que la componen. La valoración del esfuerzo se obtiene de la correspondencia que muestran las tablas entre la puntuación (de 1 a 5) y los intervalos horarios (hasta 15 horas).
- La severidad del medio se calcula con la aplicación de la lista de factores de riesgo: **cada factor se cuenta una sola vez** y su cómputo es 0 o 1, independientemente de su probabilidad y presencia en mayor o menor parte de la excursión. La valoración de la severidad del medio se obtiene de la correspondencia entre la puntuación (de 1 a 5) y los intervalos de número de factores de las tablas.




Resultados de control:

- En cada aspecto (*Medio, Itinerario, Desplazamiento, Esfuerzo*) una excursión obtiene una valoración mayor o igual al más valorado de los tramos que la componen.
- El cálculo horario de una excursión es la suma del cálculo horario de los tramos que la componen.
- Todos los factores de riesgo existentes en un tramo han sido considerados en la valoración de la excursión que lo incluye.

DIFICULTADES TÉCNICAS ESPECÍFICAS

Son las motivadas por accidentes del terreno que dificultan el desplazamiento y que requieren experiencia en su valoración, técnicas de progresión aprendidas y/o equipamiento especializado para la progresión con seguridad. Son la progresión en nieve, la escalada algo difícil de tramos cortos y el rapel. Estas técnicas no son comunes del excursionismo actual pero son utilizadas en la montaña europea donde numerosos recorridos comparten el interés del excursionismo de montaña y del montañismo.

Se consideran en la versión 1.0 del MIDE:

		
Pasos de escalada	Rapel	Pendientes de nieve (muy probable o posible)
<p>Se colocará este símbolo a la derecha de la parrilla MIDE cuando la excursión comporte pasos de dificultad II o superior en la escala UIAA.</p> <p>Se graduará como el paso de mayor dificultad.</p> <p>La dificultad de desplazamiento habrá sido valorada 4 o 5.</p>	<p>Se colocará este símbolo a la derecha de la parrilla MIDE cuando la excursión comporte algún descenso en el que se considera aconsejable el rapel.</p> <p>Se indicará la longitud máxima en metros.</p>	<p>Se colocará este símbolo a la derecha de la parrilla MIDE cuando la excursión comporte, en las condiciones de referencia, pasos sobre pendientes de nieve. La parrilla discontinua indica posibilidad de nieve.</p> <p>Se graduará como el tramo de mayor pendiente en grados.</p>
<p>Si la excursión presenta estas dificultades específicas, deben reseñarse en el apartado de "Referencias" de forma explícita que no deje duda sobre la naturaleza técnica del paso.</p>		

ANEXO I Resumen para incluir en publicaciones

M.I.D.E. (Método de Información De Excursiones).

M.I.D.E. es un sistema de comunicación entre excursionistas para valorar y expresar las exigencias técnicas y físicas de los recorridos. Su objetivo es unificar las apreciaciones sobre la dificultad de las excursiones para permitir a cada practicante una mejor elección. El M.I.D.E. valora de 1 a 5 puntos (de menos a más) los siguientes aspectos de dificultad.

El M.I.D.E. está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades.

Ejemplo

MIDE 	Valle de Salenques desde el puente de Salenques
Horario: 1 h 30 min	
Desnivel de subida: 180 m	
Desnivel de bajada: 180 m	
Distancia horizontal recorrida: 4,5 km	
 	Condiciones de verano, sin nieve, tiempos estimados según criterios MIDE, sin paradas, ida y vuelta
1	2
2	2

	Medio. Severidad del medio natural	<ol style="list-style-type: none"> 1 El medio no está exento de riesgos 2 Hay más de un factor de riesgo 3 Hay varios factores de riesgo 4 Hay bastantes factores de riesgo 5 Hay muchos factores de riesgo 	
	Itinerario. Orientación en el itinerario	<ol style="list-style-type: none"> 1 Caminos y cruces bien definidos 2 Sendas o señalización que indica la continuidad 3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales 4 Exige navegación fuera de traza 5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear 	
	Desplazamiento. Dificultad en el desplazamiento	<ol style="list-style-type: none"> 1 Marcha por superficie lisa 2 Marcha por caminos de herradura 3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares 4 Es preciso el uso de las manos o saltos para mantener el equilibrio 5 Requiere el uso de las manos para la progresión 	
	Esfuerzo. Cantidad de esfuerzo necesario	<ol style="list-style-type: none"> 1 Hasta 1 h de marcha efectiva 2 Más de 1 h y hasta 3 h (2+1) de marcha efectiva 3 Más de 3 h y hasta 6 h (3+2+1) de marcha efectiva 4 Más de 6 h y hasta 10 h (4+3+2+1) de marcha efectiva 5 Más de 10 h de marcha efectiva 	Calculado según criterios M.I.D.E. para un excursionista medio poco cargado

El M.I.D.E. está recomendado por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), Federación Aragonesa de Montañismo (FAM), Protección Civil del Gobierno de Aragón y otras entidades. Más información: www.euromide.info www.fam.es



MIDE

Mas información sobre MIDE y MVS:
www.euromide.info • www.fam.es • fam@fam.es

