

MEMORIA DA AVALIACIÓN DE RISCOS

10ª PROBA DA XXXIV LIGA GALEGA DE O-PÉ | DISTANCIA MEDIA

Porto do Son

18 de outubro de 2025



Máis info e inscricións en
www.fegado.es
(ata o 12/10/2025 ás 23:50)

Ou escanea o QR



ORGANIZACIÓN:

Asociación Deportiva e Cultural Arnella

Número de inscrición no Rexistro de Entidades Deportivas da Xunta C-10978

INDICE:

1. [DESCRIPCIÓN DAS PROBAS OBXETO DA AVALIACIÓN DE RISCOS](#)
2. [DEFINICIÓNS](#)
3. [PASOS PARA COMPLETALA AVALIACIÓN DE RISCOS](#)
4. [MEDIDAS XENÉRICAS PARA REDUCILOS RISCOS / TRATAR FERIDOS](#)
5. [COBERTURA DA RESPONSABILIDADE CIVIL](#)
6. [POTENCIAIS SITUACIÓNS DE RISCO E METODOLOXÍA DE ACTUACIÓN](#)

ANEXOS:

[ANEXO I](#)

[ANEXO II](#)

1. DESCRIPCIÓN DAS PROBAS OBXETO DA AVALIACIÓN DE RISCOS

10ª proba da XXXIV Liga Galega de Orientación a Pé (O-Pé) (Distancia Media) a celebrar o vindeiro sábado 18 de outubro de 2025.

Obxecto da Avaliación de Riscos.

O obxecto desta avaliación de riscos para unha proba de orientación a pé é examinar tódolos aspectos da organización e planificación da proba, os perigos potenciais, as persoas que poderían resultar afectadas, os procedementos xa existentes e aqueles que son preciso utilizar para minimizar os riscos. Atende a áreas que o organizador, o trazador e, no seu caso, o controlador, deberían considerar, de maneira que este non supoña unha gran carga de traballo adicional. Preténdense asegurar que tódolos aspectos relevantes se consideren dunha forma sistemática, para que non se esqueza ningún deles.

Nome da proba 1: 10ª Proba da XXXIV Liga galega de O-PÉ.

Data da proba: 18 de outubro de 2025

Lugar da proba: MONTE ENXA (Porto do Son)

Número esperado de 300

participantes:

Avaliación efectuada por: David Lareo (ADC Arnela) **Data:** 10/08/2025

Avaliación revisada por: Ramón Fernández (ADC Arnela) **Data:** 20/08/2025

Organización das probas e datos de contacto.

Organizador	ADC ARNELA	
Director da proba	RAMÓN FERNÁNDEZ	650939055
Responsable de Seguridade	DAVID LAREO	649264427
Cobertura de primeiros auxilios	AMBUSERTRANS SL	635469974
PAC máis próximo	CENTRO DE SAÚDE NOIA	981842180
Hospital público máis próximo	HOSPITAL DE BARBANZA	981835985
Servicio continuo de urxencias	HOSPITAL HM ROSALEDA (URXENCIAS)	981551206

2. DEFINICIÓNS

Perigo: Estado ou condición de inseguridade, co potencial de ocasionar danos ós participantes ou a terceiros.

Avaliación de riscos: Medida da posibilidade de que un risco en particular cause danos e da gravidade do dano causado. Non é suficiente con realizar unha avaliación e identificalos perigos de alto risco (si os houbera); deben levarse a cabo as accións para reducir o risco de tales perigos a un nivel aceptable.

3. PASOS PARA COMPLETALA AVALIACIÓN DE RISCOS.

A avaliación de riscos deberá ser cuberta polo organizador, consultando con outro persoal autorizado da proba. O controlador, no seu caso, deberá revisala. O organizador deberá gardar unha copia da avaliación de riscos, que terá dispoñible na proba. Entregarase unha copia a todo o persoal autorizado con tarefas de responsabilidade asignada.

1. *Examinalos perigos.*

Examina la lista de perigos na avaliación de riscos e decidir o nivel de risco que ditos perigos presentan. Marcar aqueles que concorran na proba. Pensar en que outros perigos específicos poidan xurdir en circunstancias particulares e engadir detalles dos mesmos onde corresponda.

2. *Decidir que medidas se van a utilizar para mitigar os perigos identificado.*

¿Que precaucións se van a poñer en marcha ou xa se iniciaron para mitigar os riscos dos perigos identificados? Exemplos de boas prácticas detállanse na táboa principal e deberíanse marcar aquelas que se van a utilizar. Deberíase engadir calquera outro ítem que se vaia a utilizar especificamente na proba. Hai que dar prioridade a aqueles riscos que afecten a un gran número de persoas e/ou poidan resultar en danos graves. Hai que considerar o impacto da idade dos participantes nos riscos identificados. ¿É posible:

- Eliminar completamente o risco (salvo os eventuais perigos inherentes a orientación?
- Buscar unha opción con menos risco? Por exemplo, trazar arredor da zona.
- Evitar o acceso a un perigo (mediante vixilancia)?
- Organizar as cousas para reducila exposición ó perigo?

3. *Asignar responsabilidades.*

A responsabilidade sobre cada unha das accións identificadas debe ser asignada a unha persoa en concreto.

4. MEDIDAS XENÉRICAS PARA REDUCILOS RISCOS / TRATAR FERIDOS.

A seguinte lista é de medidas xenéricas de prevención en materia de seguridade/asistencia médica, que poderían aplicarse a calquera dos perigos identificados. A gravidade do risco e o número de participantes na proba determinarán o nivel de cobertura requirido.

FERIDAS E ENFERMIDADES

Existirá un equipo de primeiros auxilios básico da organización (Botiquín) para os membros da organización durante a preparación da proba.

O día da proba actuarase do seguinte xeito:

- Centralizarase a información a través do responsable de seguridade da proba (David Lareo) e do director da proba (Ramón Fernández) e o seu número de contacto será accesible a todos os participantes a través da súa publicación nos mapas de todos os percorridos.
- En caso de ser necesaria algunha actuación, o coordinador do Servizo Médico e de Ambulancia no lugar da proba decidirá, xunto cos dous responsables anteriores que accións se levan a cabo.

Por último, a modo de información relevante, este documento de avaliación de riscos recolle os centros sanitarios máis próximos as probas así como as distancias e os itinerarios recomendados para a súa visita:

- Punto de Atención Continuada (PAC) de Noia

P.A.C. DE NOIA

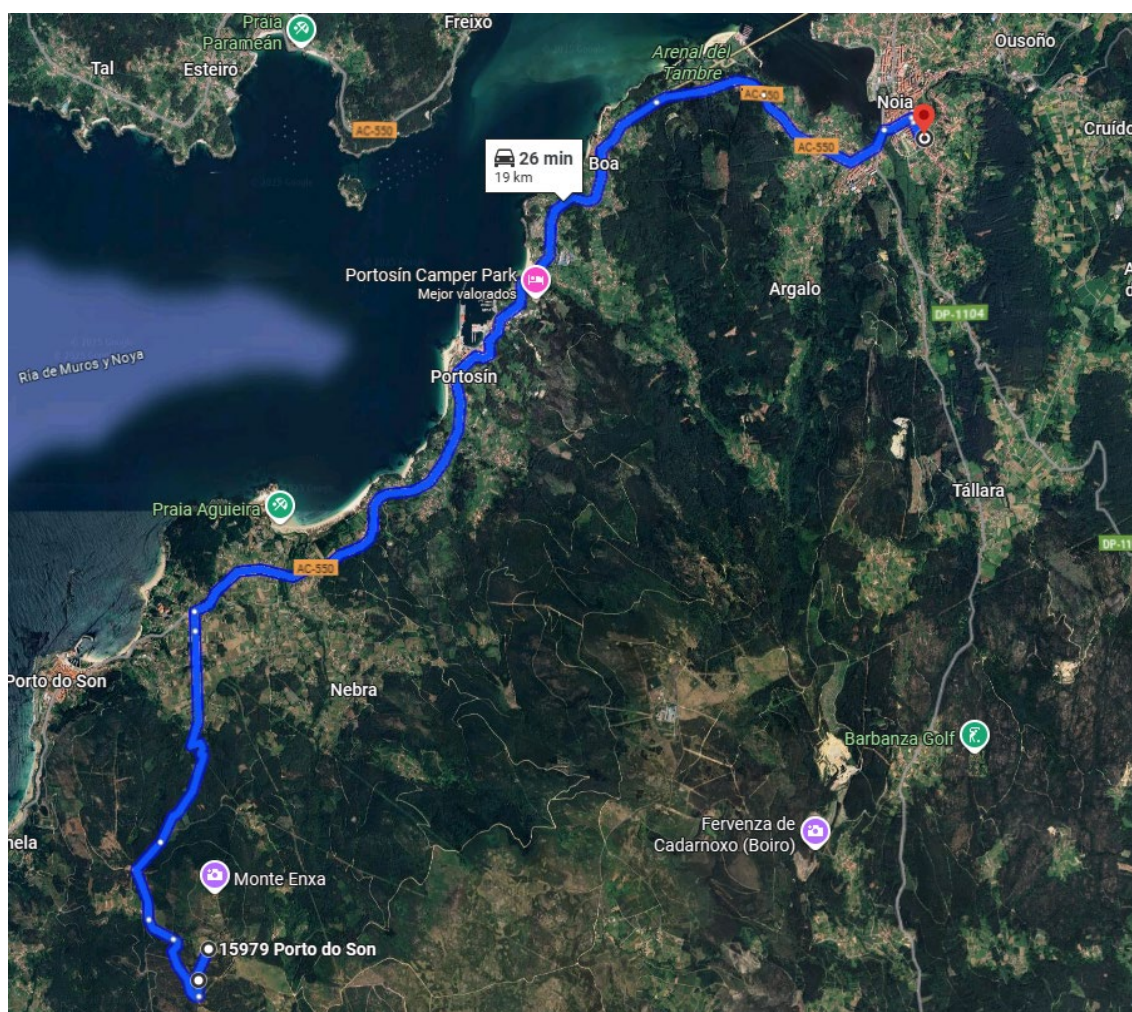
S.A.P. de Noia

Dirección: Rúa república Argentina s/n 15200 Noia, A Coruña

Contacto:

- ☎ Teléfono do centro: 981 842 180

Coordenadas GPS: 42° 46' 49.1"N 8° 53' 4.4"W



- Hospital de Barbanza

HOSPITAL DE BARBANZA



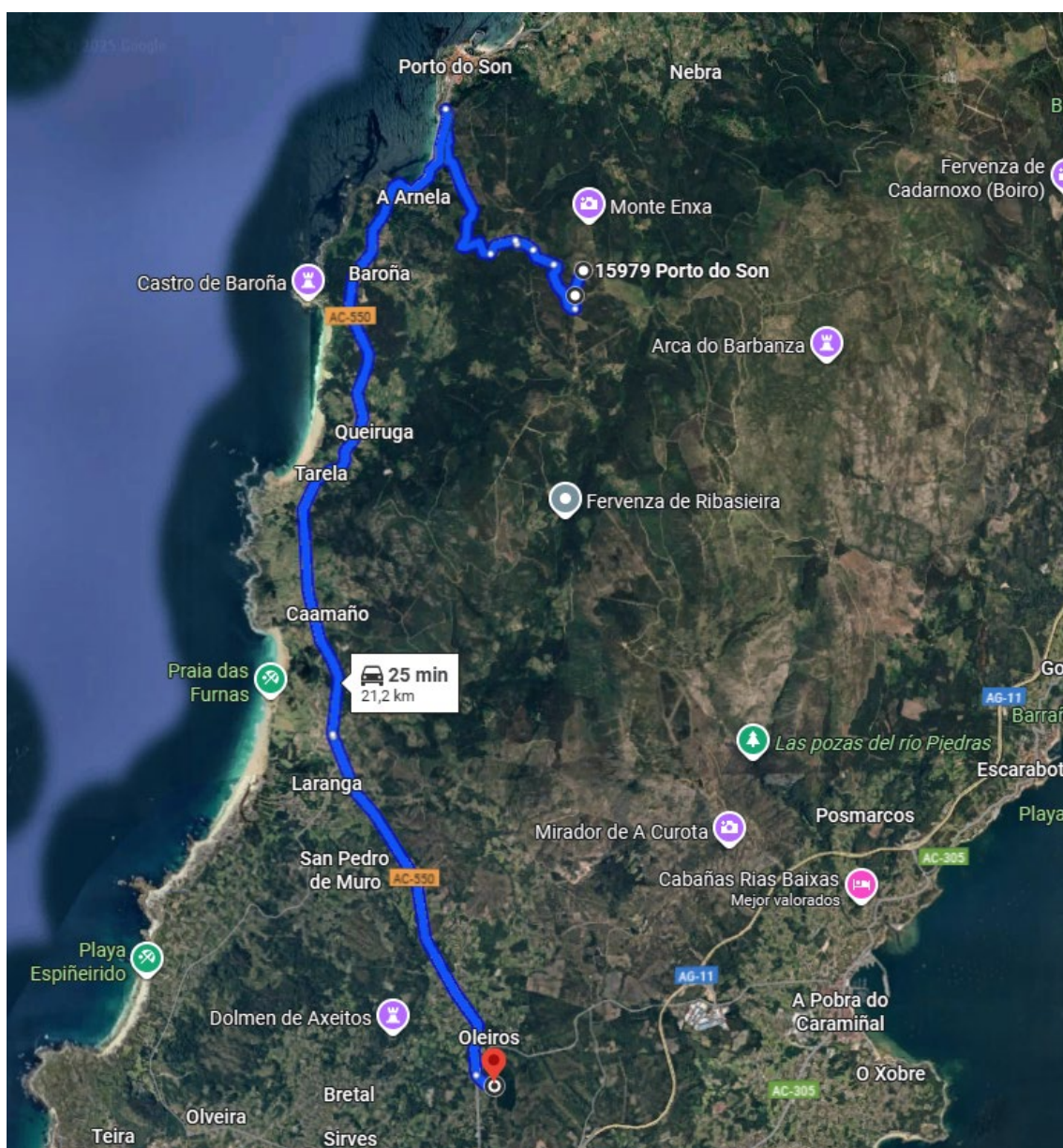
Enderezo: Lugar Salmón s/n, Ribeira, 15993, A Coruña

Contacto:

- Teléfono do centro: 981 835 985

- Fax do centro: 981 865 320

Coordenadas GPS: 42° 35' 36.1"N 8° 59' 58.6"W



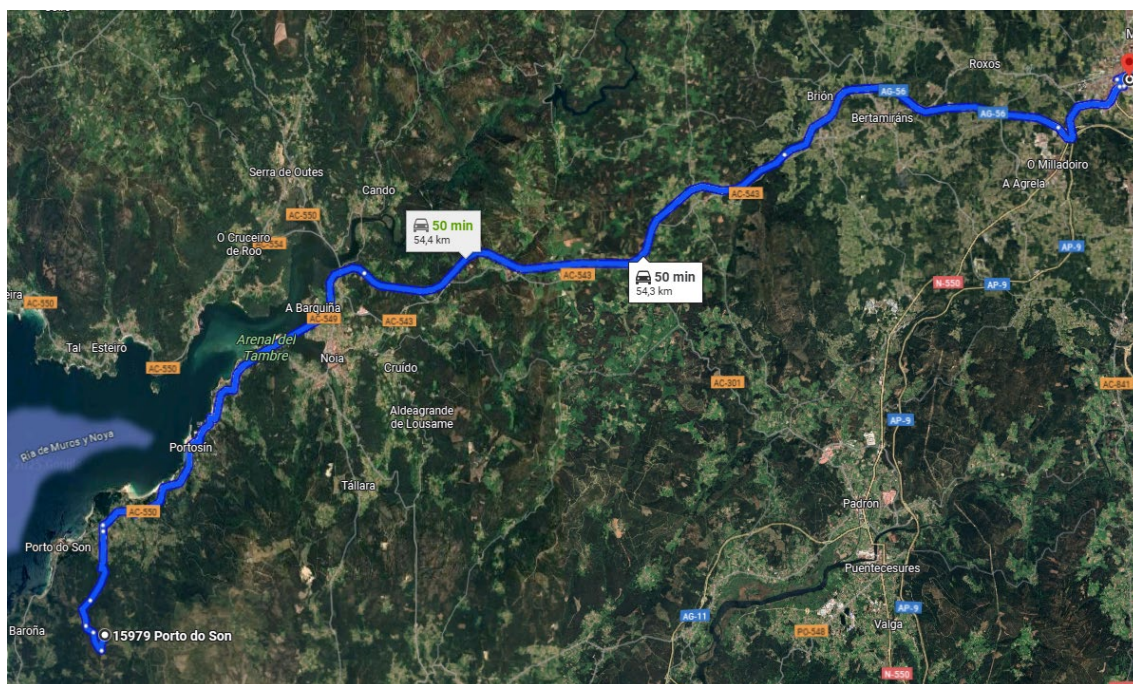
- Servicio Continuo de Urgencias do Hospital HM A Rosaleda

Dirección HM Rosaleda

C/Santiago León de Caracas, 1 - 15701, Santiago de Compostela. La Coruña.

Teléfonos de Contacto

- Centralita: 981 551 200
- Urgencias: 981 551 206



PARTICIPANTES PERDIDOS

Medidas preventivas:

1. Información sobre os trazados e seguridade a través dos boletíns das probas.
2. Recomendación de levar teléfono móbil incluída nos boletíns das probas e dirixida os participantes con menor experiencia na orientación deportiva.
3. Delimitación de perímetros de seguridade das zonas de competición, compostos por pistas e estradas recoñecibles.
4. Repaso das lista de saídas como comprobación dos participantes que iniciaron as probas.
5. Reconto de tarxetas e comprobación do sistema electrónico como comprobación dos participantes que finalizaron as probas.

Medidas activas de búsqueda:

1. Depositar a coordinación das distintas necesidades xurdidas da búsqueda na dirección das probas (Ramón Fernández).
2. Coordinar a búsqueda a través do responsable de Seguridade das probas (David Lareo) que decidirá equipos, medios e estratexias a levar a cabo para efectuar a búsqueda. Dentro dos medios dispoñibles para, nun momento dado, efectuar unha búsqueda estarían os responsables de campo e algún efectivo de saídas, así como parte das duplicidades de persoal existentes situadas nas zonas de control dos pasos e estradas prohibidas.

3. Valoración da posibilidade de comunicación co servizo do 112 por parte do Director das probas.

5. COBERTURA DA RESPONSABILIDADE CIVIL

- a) En principio, tódolos participantes deben estar en posesión da correspondente licencia federativa anual individual, expedida pola Federación Española de Orientación, que inclúe o titular da mesma na correspondente póliza de accidentes deportivos.
- b) Os participantes carentes de dita licencia anual, están obrigados, como condición de inscrición, a aboar unha cota dirixida a obtención dunha licencia de proba, coa mesma cobertura que a licencia anual.
- c) En canto á responsabilidade civil, a proba, dado o seu carácter oficial, queda cuberta co seguro de responsabilidade civil contratado pola Federación Española de Orientación (FEDO) coa compañía Aseguradora Markel Insurance SE España, a través da póliza nº 020S00016RCG, á que se pode acceder a través dos seguintes enlaces:

[FEDO-020S00016-RCG-Condicioness-Generales.pdf](#)

[FEDO-020S00016RCG-Condicioness-Particulares-f.pdf](#)

- d) Ademais, e polos mesmos motivos expostos no epígrafe anterior, a proba queda cuberta fronte a accidentes deportivos mediante o seguro contratado pola Federación Española de Orientación (FEDO) coa compañía Aseguradora Allianz, Compañía de Seguros e Reaseguros S.A. a través da póliza 042728618, a que se pode acceder a través dos seguintes enlaces:

[2023-Allianz-Accidentes-Deportivos.pdf \(fedo.org\)](#)

[Anexo-poliza-42728618-FEDO-2025.pdf](#)

- e) Así mesmo, os nenos federados en idades comprendidas dende os 6 aos 16 anos estarían cubertos pola Póliza da Xunta a través de Xogade. Tanto a devandita póliza como o protocolo a seguir en caso de accidente pódense consultar a través do seguinte enlace:

<https://xogade.xunta.gal>

- f) Por último, o club ADC ARNELA posúe, ademais, un seguro de responsabilidade civil, PÓLIZA **RS-G-426.000.791**, subscrita coa compañía **GENERALI ESPAÑA**, que

responderá a calquera circunstancia derivada dos danos provocados fora das garantías que cubran os anteriores seguros.

6. POTENCIAIS SITUACIÓNS DE RISCO E METODOLOXÍA DE ACTUACIÓN

1. RISCOS VENCELLADOS A MORFOLOXIA DO TERREO

Existen unha serie de accidentes xeográficos que en función da relación da súa ubicación coas zonas de competición catalogaranse como de risco baixo, medio ou alto. Estes elementos son:

- Acantilados e cortados con caída en altura.
- Vales profundos, vagadas ou espolóns de pendentes pronunciadas, etc.
- Rios, regatos, nacementos de auga e zonas de auga estancada.
- Zonas pantanosas.
- Terreos pedregosos ou rochosos.
- Límites da zona cartografada pouco identificables en campo.

Os accidentes xeográficos aquí citados considéranse de risco baixo se se encontran fora dos percorridos das probas, de risco medio se se atopan paralelos os percorridos das probas e de risco alto se os percorridos os atravesan.

As medidas coercitivas adoptadas para minimizar estes riscos son:

- Deseño dos percorridos por parte do trazador que eviten estes perigos.
- Deseño dos percorridos por parte do trazador adaptados o nivel suposto en cada categoría.
- Comunicación a través dos distintos boletíns das probas dos riscos e posibles situacións relacionadas coas peculiaridades da morfoloxía do terreo, incluso de forma detallada e individualizada por percorridos.

2. RISCOS VENCELLADOS A PUNTOS DE PASO

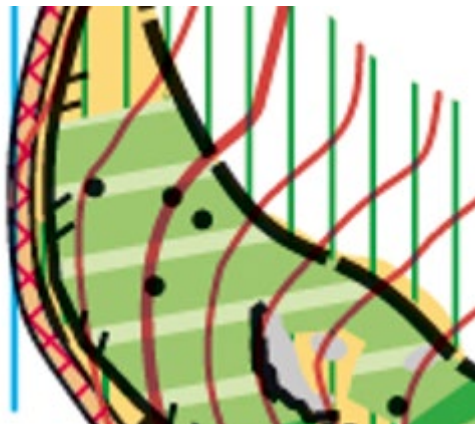
Os puntos de paso e relación dos corredores cos mesmos presentan variedade de casuística, polo que analizáremos en función da súa natureza e das medidas adoptadas para minimizar o risco que se deriva da súa presenza.

- **Puntos de paso seguros sobre obstáculos non naturais.**

Pasos de valados e muros.

Os valados e muros cartografados incorporan os pasos seguros a través dos mesmos.

Ademais, o cartógrafo distinguiu entre valados franqueables e infranqueables en función da perigosidade que presente o seu cruzamento. Recomendarase vía boletíns facer caso da representación infranqueable pola propia seguridade do corredor.



- **Puntos de cruzamento de obstáculos non naturais.**

Cruces de estradas.

No interior da zona de competición non discorre ningunha estrada asfaltada. Aínda que hai algunha que delimita a zona de competición no seu perímetro, e está totalmente prohibido utilizar ditas estradas durante a carreira, estando ademais separadas da zona de competición por un valado. Os percorridos están realizados para que non se utilicen estas estradas.



So se transitará por pistas forestais de baixa intensidade na aproximación ao centro de competición dende as zonas destinadas a aparcamentos.



Ademais, a modo de precaución tómanse as seguintes medidas:

- O trazado dos percorridos e tal que evita os potenciais puntos perigosos.

As eleccións de rutas ofrecen distintas alternativas que evitan todas os puntos entendidos como conflitivos.

- Sitúanse controladores de campo para que o marcado nos percorridos como itinerario prohibido sexa respectado polos corredores.

-Por último, infórmase nos boletíns de todo o relacionado coa xestión do aparcamento e máis coas zonas prohibidas e os pasos obrigatorios.

3. RISCOS VENCELLADOS A ACTIVIDADES SIMULTÁNEAS NAS ZONAS DE COMPETICIÓN

O tratarse de actividades en zonas de competición de usos non restrinxido poden darse actividades simultáneas o día das probas, tales como:

- Rutas a cabalo.
- Ciclismo.
- Motociclismo.
- Tráfico rodado de escasa relevancia.

As medidas adoptadas para minimizar estes riscos derivados da posible confluencia doutras actividade coas probas que nos ocupan son:

- O trazador tivo en conta nos percorridos as zonas mais sensibles a interferencia doutras actividades.
- Notificouse as Comunidades de Montes do abanico horario que abranguen as probas para que non se programen outras actividades.
- Informarase de calquera novidade en canto a confluencia con outras actividades a través dos distintos boletíns das probas.
- Poranse carteis informativos da proba no perímetro das zonas de competición, para que os confluente doutras actividades extremen as precaucións.
- En caso de detección dalgunha interferencia salientable no día da proba darase información os corredores nas saídas das probas.

4. RISCOS VENCELLADOS A ACTIVIDADES CINEXÉTICAS E GANDEIRAS

O tratarse de terreos en mancomún adicados entre outras actividades a cría de gando cabalar e vacún existe a posibilidade de que este tipo de animais se atopen nas zonas de competición.

Informarase nos boletíns da convivencia das probas con este tipo de animais e dos patróns de comportamento a adoptar en caso de enconralos.

En canto a actividades relacionadas coa caza xa se tomaron as medidas correspondentes mediante a comunicación as comunidades de montes para que o día da proba non teñan cabida.

5. RISCOS VENCELLADOS AS CONDICIÓN CLIMÁTICAS

As condicións promedio de temperatura en Porto do Son para o mes de Outubro son de 20°C de máximas polo día de 15°C de mínimas.

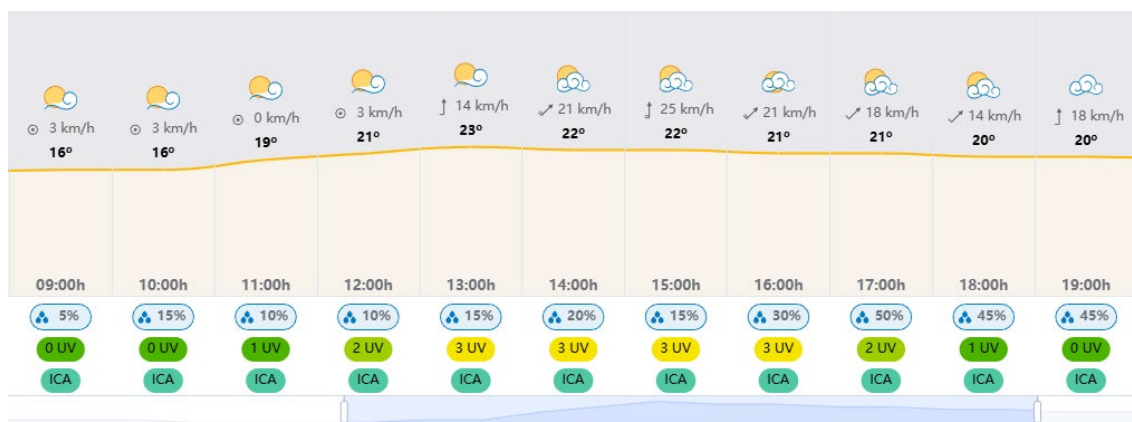
A nubosidade situase en torno o 50% para esta época do ano e as probabilidades de precipitacións redúcense no histórico a un 40 %.

Atendendo a estes datos estadísticos a data elexida para a realización das probas que nos ocupan ofrece unhas condicións óptimas para o realizar o deporte de Orientación. No obstante como medida preventiva básica prestarase especial atención os boletíns meteorolóxicos na zona para o 18 de outubro así como a clasificación IRDI da zona de competición.

En caso de risco sobrevido notificarase a corredores e clubs por todos os canles dispoñibles das actuacións a levar a cabo, sen descartar anulacións de probas de ser necesario.

ANEXO I

PREVISIÓN METEOROLÓXICA PARA O DÍA DA PROBA

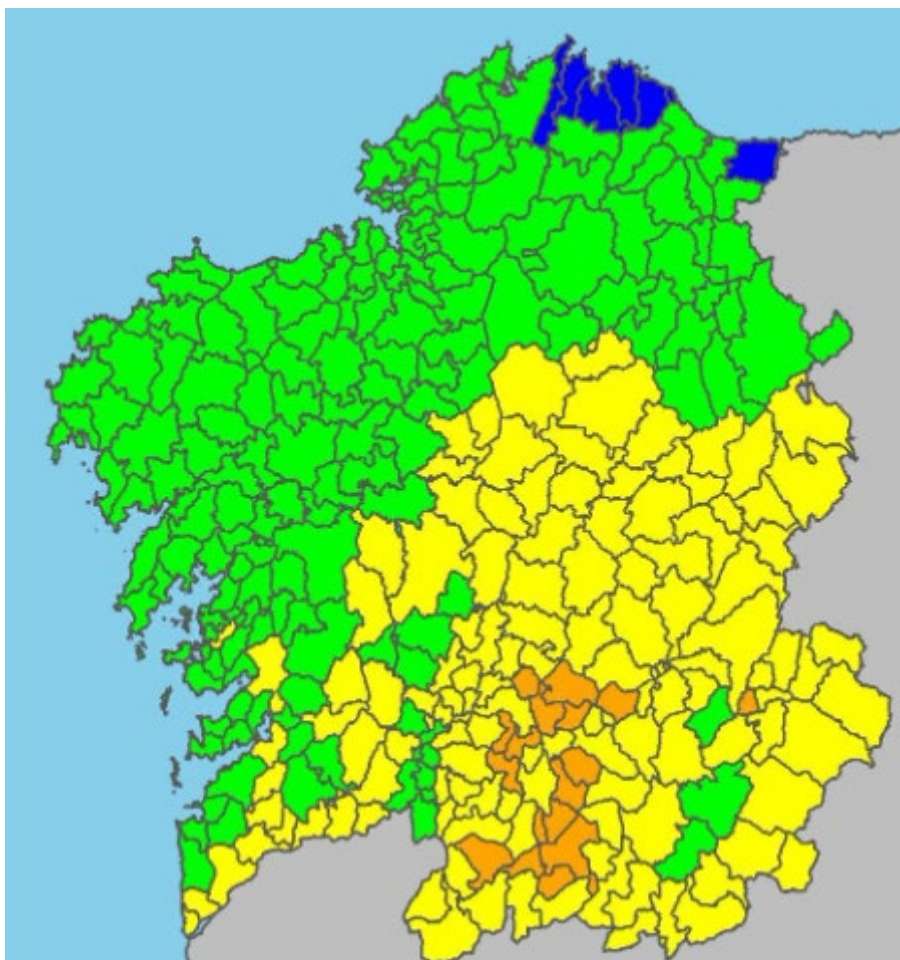


As condicións de temperatura agardadas para o día da proba en Porto do Son son de 23°C de máximas polo día de 15°C de mínimas.

Agárdanse tamén ceos despexados, coa posible alternancia de algunha nube de xeito transitorio. As probabilidades de choiva son escasas polo que, en conxunto, preséntase un día de óptimas condicións para o desenvolto da proba.

ANEXO II

PREVISIÓN IRDI PARA O DÍA DA PROBA



Se ben a Xunta de Galicia establece diariamente o IRDI para cada zona da comunidade autónoma, poñen a nosa disposición tamén unha serie de ferramentas e predicións que conclúen que para o día da proba o risco de incendio será moderado.

De contradicirse esta previsión co dato fixado pola Xunta de Galicia o propio día da proba, informarase os participantes e tomaranse as medidas oportunas.