Bivacco di emergenza: Guida Completa in 5 passi

S SINTESI DELLA GUIDA

Trovarsi bloccati in quota all'imbrunire è l'incubo di ogni escursionista. Sapere come allestire un bivacco di emergenza ti proteggerà dall'ipotermia trasformando una situazione critica in una notte superata con successo.

C CHECKLIST EQUIPAGGIAMENTO

- [ ] Sacco da bivacco termico (bivy bag alluminato)
- [ ] Guscio antivento impermeabile e strato termico in piuma
- [ ] Lampada frontale con batterie cariche di riserva
- [ ] Fischietto di emergenza e specchietto di segnalazione
- [ ] Cordino robusto in kevlar o paracord da 5 metri
- [ ] Accendino antivento protetto dall'umidità
- [ ] Scorte alimentari caloriche ad assorbimento graduale (frutta secca)

P CONSIGLI PER IL SENTIERO

- Fermarsi per tempo: allestire il riparo prima del buio totale riduce drasticamente i rischi.
- L'isolamento dal terreno con lo zaino o frasche è più importante della protezione superiore.
- Mai bere alcolici per scaldarsi: causano vasodilatazione e rapida perdita di calore interno.

A ASTUZIA SMART & CURIOSITA

Nei paesi alpini le vecchie guide consigliavano di infilare le gambe dentro lo zaino svuotato e sedersi sulla corda arrotolata: questo trucco empirico riduce dell'80% la dispersione termica per conduzione verso il terreno roccioso.