





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

<p><b>Medio</b> Severidad del medio natural</p> 	<p>1 El medio no está exento de riesgos</p> <p>2 Hay más de un factor de riesgo</p> <p>3 Hay varios factores de riesgo</p> <p>4 Hay bastantes factores de riesgo</p> <p>5 Hay muchos factores de riesgo</p>	<p>Se considera muy probable 1 factor de riesgo de la lista</p> <p>Se considera muy probable 2 o 3 factores de riesgo de la lista</p> <p>Se considera muy probable 4, 5 o 6 factores de riesgo de la lista</p> <p>Se considera muy probable 7, 8 o 9 factores de riesgo de la lista</p> <p>Se considera muy probable 11 o más factores de riesgo de la lista</p>	<p><b>Criterios para la graduación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Exposición en el itinerario a desprendimientos espontáneos de piedras.</li> <li>Exposición en el itinerario a desprendimientos espontáneos de nieve o hielo.</li> <li>Exposición en el itinerario a desprendimientos de piedras provocados por el propio grupo u otro.</li> <li>Eventualidad del que una caída de un excursionista sobre el propio itinerario le provoque una caída al vacío o un deslizamiento por la pendiente.</li> <li>Existencia de pasos en que sea necesario el uso de las manos.</li> <li>Paso de torrentes sin puentes.</li> <li>Paso por glaciares o ciénagas.</li> <li>Paso probable por neveros o glaciares, independientemente de su inclinación.</li> <li>Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda a 0° C.</li> <li>Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de 5° y la humedad relativa supere el 90 %.</li> <li>Alta probabilidad de que por la noche la temperatura descienda de -10°</li> <li>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.</li> <li>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.</li> <li>La diferencia entre la duración del día (en la época considerada) y el horario del recorrido es menor de 3 horas.</li> <li>En algún tramo del recorrido, una eventual disminución de la visibilidad por fenómenos atmosféricos aumentaría considerablemente la dificultad de orientación.</li> <li>El itinerario, en algún tramo, transcurre fuera de traza de camino y por terreno enmarañado o irregular que dificultaría la localización de personas</li> <li>Exposición constatada a picaduras de serpientes o insectos peligrosos.</li> </ul>
<p><b>Itinerario</b> Orientación en el itinerario</p> 	<p>1 Caminos y cruces bien definidos</p> <p>2 Sendas o señalización que indica la continuidad</p> <p>3 Exige la identificación precisa de accidentes geográficos y de puntos cardinales</p> <p>4 Exige navegación fuera de traza</p> <p>5 La navegación es interrumpida por obstáculos que hay que bordear</p>	<p>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.</p> <p>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 aplica a la mayoría de Senderos señalizados. 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 puntos cardinales.</p> <p>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.</p> <p>Los rumbos y/o líneas naturales del itinerario son interrumpidos por obstáculos que hay que bordear.</p>	
<p><b>Desplazamiento</b> Dificultad en el desplazamiento</p> 	<p>1 Marcha por superficie lisa</p> <p>2 Marcha por caminos de herradura.</p> <p>3 Marcha por sendas escalonadas o terrenos irregulares</p> <p>4 Es preciso el uso de las manos o saltos para mantener el equilibrio</p> <p>5 Requiere el uso de las manos para la progresión</p>	<p>Carreteras y pistas para vehículos independientemente de su inclinación. Escaleras de piso regular. Playas de arena o grava.</p> <p>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 laderas, laiga y prados no muy inclinados.</p> <p>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.</p> <p>Tramos con pasos que requieren el uso de las manos hasta el 1 Sup.</p> <p>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 especiales" aun en el caso de que el tramo (y por tanto la excursión) fueran valorados 4.</p>	
<p><b>Esfuerzo</b> Cantidad de esfuerzo necesario</p> 	<p>1 Hasta 1 h. De marcha efectiva</p> <p>2 Más de 1 h. Y hasta 3 h. (2+1) de marcha efectiva</p> <p>3 Más de 3 h. T hasta 6 h. (3+2+1) de marcha efectiva</p> <p>4 Más de 6 h. Y hasta 10 h. (4+3+2+1) de marcha efectiva</p> <p>5 Más de 10 h. De marcha efectiva</p>	<p>Hasta 1 h. de marcha (criterios MIDE)</p> <p>Más de 1h. y hasta 3 h. (2+1) de marcha (Criterios MIDE)</p> <p>Más de 3 h. y hasta 6 h. (3+2+1) de marcha (criterios MIDE.)</p> <p>Más de 6h. y hasta 10 h. (4+3+2+1) de marcha (criterios MIDE)</p> <p>Más de 10 h. de marcha (criterios MIDE)</p>	<p><b>Horario M.I.D.E. Criterios para el cálculo de horas de marcha</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Desnivel: 400 metros/hora en subida y 600 metros/hora en bajada</li> <li>Recorrido horizontal: entre 5 y 3 Km/h. 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.</li> </ul> <p>Para cada tramo</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Calcular el horario resultante del desnivel y el resultante del recorrido</li> <li>Elegir el horario mayor y añadir la mitad del otro</li> </ol> <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>