

Comunicato stampa

Escursioni in montagna e passaggi pericolosi

Due terzi delle persone proseguono, nonostante un presentimento negativo

Ogni anno molte persone si infortunano sui sentieri di montagna e alcune perdono la vita. Un nuovo sondaggio mostra che molte escursioniste e molti escursionisti riconoscono le situazioni critiche, ma non scelgono sempre l'opzione più sicura. Più di due terzi di loro attraversano un passaggio delicato nonostante la paura o l'incertezza. Eppure, proprio i segnali di allarme personali possono aiutare a individuare i pericoli per tempo. L'UPI spiega a cosa bisogna prestare attenzione quando si pratica l'escursionismo.

Oltre la metà della popolazione svizzera pratica regolarmente l'escursionismo e la maggior parte delle persone ritorna indenne da un trekking. Tuttavia, l'attività sportiva più diffusa nel Paese non è priva di rischi: ogni anno circa 40 000 persone in Svizzera si infortunano durante un'escursione o un trekking e 45 perdono la vita, nella maggior parte dei casi a causa di una caduta nel vuoto. Per prevenire gli infortuni è fondamentale comprendere il comportamento delle persone quando si trovano in situazioni critiche. È proprio questo l'obiettivo dell'attuale rilevazione dell'UPI.

Molte persone proseguono nonostante i segnali d'allarme

Quasi il 70% delle persone intervistate ha già incontrato un passaggio difficile durante un trekking, ossia un tratto che ha suscitato paura o insicurezza. Le situazioni più frequenti riguardavano i punti con un aumentato rischio di caduta (45%) e con precipizi da capogiro (36%). Anche tratti tecnicamente impegnativi (18%) o la presenza di nevai (17%) hanno messo in difficoltà alcune persone.

Ciononostante, più di due terzi delle persone interessate hanno deciso di proseguire. In particolare, le persone più giovani e meno esperte tendevano ad affrontare questi tratti, mentre quelle più anziane ed esperte tornavano indietro molto più spesso. Le conseguenze possono essere gravi: il senso d'insicurezza aumenta il rischio d'infortunio. Lo testimoniano anche due persone intervistate che, pur avvertendo disagio, hanno continuato il cammino, sono precipitate e hanno dovuto essere soccorse in elicottero. La nuova rilevazione mostra inoltre che, anche quando le escursioniste e gli escursionisti percepiscono i segnali d'allarme, non sempre prendono la decisione giusta.

Il giusto atteggiamento aumenta la sicurezza

Perché le escursioniste e gli escursionisti proseguono nonostante il disagio? Le ragioni sono molteplici: tra queste, la mancanza di possibilità di tornare indietro, la mancanza di tempo, la pressione esercitata dal gruppo o l'ambizione personale. Tutti questi fattori possono indurre a sottovalutare i rischi. Per questo motivo l'UPI raccomanda di:

UPI, insieme per la sicurezza. Centro di competenza specializzato in ricerca e consulenza, l'UPI mira a ridurre il numero degli infortuni gravi in Svizzera.

I suoi ambiti d'intervento sono la circolazione stradale, la casa, il tempo libero e lo sport. Opera su mandato federale dal 1938.

- scegliere un'escursione adatta alle proprie capacità e alla propria condizione fisica del momento
- pianificare l'itinerario in modo da conoscere fin dall'inizio le possibili alternative o vie per poter tornare indietro
- considerare una sensazione di disagio come un segnale d'allarme e tornare indietro per tempo o scegliere un itinerario alternativo
- prestare attenzione ai membri più deboli del gruppo e adeguare l'escursione alle loro capacità
- prevedere un margine di tempo sufficiente per evitare di affrontare passaggi delicati sotto pressione

Vivere la montagna senza infortuni

Chi prende sul serio i segnali d'allarme e valuta realisticamente le proprie capacità, affronta la montagna con maggiore sicurezza. A seconda dell'itinerario, il trekking richiede una buona forma fisica, un passo sicuro e l'assenza di vertigini. È inoltre fondamentale scegliere un itinerario adeguato alle proprie capacità. Questi messaggi sono anche al centro del portale trekking-sicuro.ch, dove escursionisti ed escursionisti trovano consigli pratici, liste di controllo per preparare lo zaino e un test di autovalutazione.