

EXPEDICIÓN AGUAS BRAVAS: RIO TAMUR (NEPAL).

En noviembre del 2019 comenzó una nueva aventura para Asier Alonso, uno de los profesores del Instituto de Medicina de Montaña IMMED e integrante del Grupo de Trabajo de SEMES de Emergencias en Montaña y Medio Natural.

Tras realizar un reciclaje a guías de aguas bravas (kayac y rafting) en el río Gállego (Huesca), tuvo la oportunidad de trabajar junto a ellos en el descenso del río Tamur, uno de los ríos principales del macizo del Kanchenjunga en Nepal.

El objetivo principal consistía en prestar cobertura sanitaria durante 1 mes a 7 deportistas, que, con amplia experiencia en aguas bravas afrontarían el río Bothe Kosi, Kali Gandaki, Upper Seti, *trekking* de acceso al río Tamur y el colofón final, 9 días de descenso del río Tamur.

Es importante resaltar que, la preparación del personal que acude a un viaje de estas características es realmente importante.

Por un lado, el personal asistencial debe informarse de las características del destino para poder preparar un botiquín adecuado a las necesidades que puedan surgir. Además, es crucial entrevistar/historiar a cada integrante para poder conocer sus antecedentes y patologías por si precisasen alguna medicación y/o material en concreto.



La formación previa en medicina de urgencias/emergencias, medicina de montaña y medicina de expedición nos ayudarán a preparar y atender posibles patologías que surjan durante el viaje.

Muchas de las zonas que se transitan carecen de personal y centros sanitarios. Todo material y medicación básica es bienvenida en esos lugares. En poco tiempo



se puede llegar a formar una cola de gente a la que atender en una improvisada consulta.

Por otro lado, a nivel deportivo, fue necesaria la formación de auto rescate y rescate en aguas bravas para poder acudir con seguridad y con todas las garantías posibles. Para ello, participamos en una formación de “Rescue 3” en la que pudimos aprender a movernos y trabajar en aguas bravas.

Una vez hecho el petate y habiendo definido Madrid como punto de encuentro para iniciar el viaje, nos adentramos en esta aventura con destino Kathmandú con muchísima ilusión.

Ya aterrizados y en la capital de Nepal, tocaba preparar y ordenar más material para todo el mes: kayacs, 1 barca de rafting, 1 cataraf (embarcación similar catamarán para portear comida y material en el río), menús, cocina... Son días importantes en los que hay prever y preparar todo cuanto se pueda necesitar durante los siguientes 30 días. Tras asegurarnos de no dejarnos nada, concluimos cargando todo en nuestro autobús.

Comenzamos calentando en los ríos Bothe Kosi y Upper Seti para después afrontar 3 días en el Kali Gandaki. Pasos estrechos, olas gigantes, rápidos muy seguidos... estos obstáculos hicieron que no perdiéramos la concentración en ningún momento. En este punto nos dimos cuenta de la importancia de la elección y selección del material sanitario específico para el botiquín de rápido acceso en caso de darse una urgencia a fin de poder solucionarla sin abrir bidones y material extra innecesario en esa situación.



Por último, tras 12 largas horas de autobús por carreteras de baches interminables, 4 días de trekking con maravillosas vistas y población adorable, llegamos a nuestro objetivo del viaje, el río Tamur. Si lo anterior nos parecía grande, este tramo del río era una inmensidad. Las lluvias (monzón) de todos los años hacen que cambien varios rápidos del río los cuales pudimos sortear sin incidencias.



En el viaje de vuelta a Kathmandu, las celebraciones y sensaciones fueron una auténtica pasada y sobre todo muy reconfortantes. Finalmente regresamos a casa satisfechos por un trabajo bien hecho y con la mirada puesta en la siguiente aventura.

