

CLASSIFICAÇÃO DE CAMINHADAS

Por Alfredo Neto

Após formação do NRC (Núcleo de Reconhecimento e Caminhadas do CEC) em 2005, sentimos a necessidade da criação de uma nova classificação que fosse mais abrangente e simples. Tal proposta foi apresentada na lista CEC-DT e com o apoio e sugestões dos guias Marcelo Roberto e Guilherme “Piu-Piu” Fonseca, a classificação tomou forma e lentamente foi implementada, utilizada ainda com a antiga, nesta transição. Ela baseia-se apenas no tempo de caminhada e utiliza a letra N, de nível, facilitando sua memorização. A classificação antiga coloca excursões diferentes como fossem iguais e não dava uma idéia clara do esforço que seria despendido para fazê-las, o que deixava o(s) participante(s) com dúvidas. O tempo dos níveis, que não inclui os intervalos, apenas a ida e a volta, foi baseado no tempo gasto pelo núcleo, formado por pessoas com diferentes capacidades físicas. Sendo de interesse restrito aos guias, foi criada também a classificação técnica das trilhas quanto a sua dificuldade, utilizando a letra T. Abaixo a classificação que ainda poderá sofrer melhoramentos:

- N1 – até duas horas de caminhada
- N2 – de 2 até 3hs de caminhada
- N3 - de 3 até 4hs de caminhada
- N4 - de 4 até 5hs de caminhada
- N5 - de 5 até 6hs de caminhada
- N6 - de 6 até 7hs de caminhada
- N7 - de 7 até 8hs de caminhada
- N8 - de 8 até 9hs de caminhada
- N9 - de 9 até 10hs de caminhada
- N10 - de 10 até 11hs de caminhada

Clube Excursionista Carioca
Fundado em 21 de fevereiro de 1946

Rua Hilário de Gouveia, 71 / 206
Copacabana - Rio de Janeiro
CEP: 22040-020 Tel: 2255-1348
ACESSE: www.carioca.org.br

Reuniões sociais às quintas a partir de 20:30h



Auditório cheio no 1º
Seminário de Segurança
em Montanha

C.E.C. **É notícia**

Ano 62 - Nº 2 - Novembro/2008



IMPRESSO

POR DENTRO DO CEC**• CBE 2008**

Realizaremos mais um CBE, com início no dia 20 de outubro sob a coordenação do nosso guia Jayme Prestes. Valeu Jayme!

• PALESTRAS

Está rolando no CEC um ciclo mensal de palestras técnicas, apresentadas pelos EAT's do clube. O objetivo desse circuito de palestras é despertar e desenvolver o interesse pelo conhecimento técnico dos procedimentos de montanhismo, tanto por parte dos EAT's como dos sócios montanhistas. A próxima palestra sobre técnicas de caminhada, ocorrerá no dia 29 de outubro e será liderada pelo Jacques Cardeman.

• BAR DO CEC

Depois de o bar do CEC implementar a venda de vinhos, fazer queijos-e-vinhos se tornou um ótimo atrativo que agitou as reuniões sociais deste último inverno.

• FESTA DE FIM DE ANO

O CEC já está planejando a festa de final de ano, um churrasco que acontecerá no início de dezembro, em breve confirmaremos a data.

POR DENTRO DA MONTANHA**• FILMES DE MONTANHA**

Nos dias 22 a 25 de outubro aconteceu no Cine Odeon, Centro do Rio de Janeiro, a 8ª edição da Mostra Internacional de Filmes de Montanha. A programação completa pode ser vista em www.filmesdemontanha.com.br.

• PEDRA DA QUITINILHA

O pessoal de Jacarepaguá, Felipe Dallorto e Gustavo Coelho, realizou há pouco tempo um evento para a divulgação das vias da Pedra da Quitinilha, localizada no Parque Estadual da Pedra Branca, em Jacarepaguá. São vias de até 4 enfiadas, fixas e móveis, variando de II a VII grau, com aderências, fendas, chaminés e agarras. Para mais informações acesse www.escaladajpa.blogspot.com.

FURNAS**Por Rafael Rossi**

A represa de Furnas, sul de Minas Gerais, alagou uma parte de alguns cânions, criando um bonito cenário com paredes verticais de até 50m de altura saindo direto da água, onde foram conquistadas algumas vias de escalada. Próximo às vias, há dois riachos que desembocam no cânion em cachoeiras de 20m de altura. Há vias de escalada também nas margens de um dos rios, o Rio Forquinha, e nas margens da represa. É diversão garantida: escaladas, banho de rio e cachoeiras.

A formação local é de quartzito, rico em fendas e bastante quebradiço. O local tem por volta de 10 vias, a maioria em proteção móvel, com graduação variando de 5° a 8°c. Há um grande potencial para conquistas nas paredes do cânion.

As escaladas na represa ficam entre os municípios de Capitólio e Passos, na MG-050, próximo ao km 313. Um ponto de referência é a ponte do Rio Turvo, km 306, próximo da qual há uma pousada, 2 campings e 2 restaurantes. Recomendamos o camping e restaurante do "Ti-Tonin". O Ti-Tonin tem 2 campings/restaurantes: um bem próximo à ponte, junto a um bar com PF e pinga caseira e outro um pouco mais afastado porém melhor estruturado e com buffet livre de comida caseira.

Há 3 setores com vias de escalada: margens do Rio Forquinha, margens da represa e as paredes que saem da água. Junto às vias na margem da represa, há um local onde pode-se alocar até 4 barracas. É necessário rapelar uma fenda para chegar ao local de acampamento, e um bote para chegar à base das vias na represa.

Para acessar a fenda para rapel, o início da trilha é no acostamento da MG-050, bem ao lado da placa do km 313. Pular a cerca e caminhar em direção ao cânion, sempre caindo forte para a direita. Fique atento a um pequeno córrego (pode estar seco). Passar o córrego e seguí-lo pela sua margem direita (de quem desce). A fenda para o rapel é no final deste córrego. Depois de entrar e descer um pouco pela fenda, há um grampo e uma chapeleta para o rapel.

As vias nas margens do Rio Forquinha são acessadas por uma pequena trilha do acostamento da MG-050 uns 300m antes da placa do km 313. Há um local para deixar o carro. Nesse local, do acostamento da rodovia, pode-se ver o rio e as paredes de aproximadamente 10m as suas margens. Ali estão localizadas 3 vias. Descendo mais um pouco o rio, há mais 1 ou 2 vias e um local para banho. Atenção para as condições meteorológicas! Cabeças-d'água nesse local não são raras e são bastante perigosas. O lugar é show! Uma ótima opção para escaladas no quente sol do verão, com banho de cachoeira e rio, passeio de barco. Algumas vias da represa podem ser feitas em solo sem perigo algum, pois começam na água e são verticais ou mesmo negativas! Para aproveitar bem o local, é preciso levar um bote e ficar no mínimo uns 2 ou 3 dias. Mais informações sobre as vias e sobre o local podem ser encontradas no site do centro excursionista mineiro (www.sitedocem.org.br).

C.E.C. É notícia

Uma publicação do Clube Excursionista Carioca

Presidente: Cris Jorge
 Vice-Presidente: Pablo Costa
 Tesoureiro: Sérgio Leão
 Diretor Técnico: Guilherme Fonseca
 Diretora Social: Kate Benetic
 Secretário: Adrian Giassone

Capa: Represa de Furnas - MG

Foto de Rafael Rossi

Oito duplo “perseguido”

Apesar de se mostrar um nó bastante resistente à tração, este nó foi descartado por Bushwalkers por prender facilmente em arestas.

Rapel expresso, fazer ou não fazer?

1. Segundo Bernardo Collares, que citou um livro que ele levou pro clube, o rapel expresso é uma técnica de escalada basicamente inútil. Não existiriam situações práticas em que o provável tempo ganho compensasse os riscos envolvidos.

2. Flávio Carneiro (Bagre) citou algumas técnicas que poderiam ser usadas para tornar o rapel expresso seguro e o Hamilton Kai fez também uma sugestão neste sentido com prussiks “cruzados” entre escaladores e cordas. Miguel Monteza comentou que estas técnicas poderiam tornar o procedimento seguro, mas novamente o deixariam lento, o que anularia sua única provável vantagem.

4. Guilherme Fonseca (Piu-Piu) lembrou que no caso de rapelar de uma agulha sem ancoragens no cume, o rapel expresso é obrigatório.

Conclusão

Boas observações feitas por Bernardo Collares e André Ilha, resumem adequadamente todas as conclusões do debate: não existe técnica ou procedimento a prova de erro humano, todo nó deve ser bem feito, todo procedimento deve ser executado com atenção e verificado.

Observações

1. André Ilha disse que para a união de duas cordas de diâmetros diferentes ele decididamente preferiria o pescador duplo.

2. Bernardo Collares disse que segundo o livro de Craig Connally, “*Montanhismo Técnicas para Alcanzar em Cima*”, foram feitos testes com cordas de diâmetros significativamente diferentes, por exemplo, 11mm e 5mm, e não houve problemas na união com nó cego. Essa informação é importante e deve-se verificar sua validade com mais cuidado.

3. O Miguel Freitas levantou a questão do que aconteceria a esses nós contra um grampo, como no caso de um rapel expresso, com escaladores de pesos diferentes, ou em qualquer outra situação. Ele questiona se o nó pode falhar, quando forçado contra o grampo, e sugere que o Adrian Giassone faça testes.

Referências

1. Bushwalkers Wilderness Rescue Squad - David Drohan

Preferred Knots For Use In Canyons

http://www.carioca.org.br/~miguel/Preferred_knots_for_canyons.pdf

2. Rope and Gear Testing - Tom Moyer

Pull Tests of the “Euro Death-Knot” – 11/9/99

<http://www.xmission.com/~tmoyer/testing/EDK.html>

3. Cragmont Climbing Club - Mark Magnuson

Use of the Overhand Knot for Rappels

<http://www.geocities.com/danielzimmerlin/pages/stories/knot.html>

1º SEMINÁRIO DE SEGURANÇA EM MONTANHA

Aconteceu no dia 13 de outubro o primeiro seminário de segurança em montanha, organizado pela FEMERJ e realizado pela AGUIPERJ, sob a coordenação de Felipe Ediney. O auditório ficou cheio, com 98 participantes, e o debate sobre procedimentos de segurança sugeriu temas para outros importantes eventos como esse. Abaixo reproduzimos um trecho de uma mensagem do presidente da FEMERJ, Bernardo Collares, sobre o evento:

“A ideia era, nesse primeiro encontro, apresentar as situações, procedimentos e o básico de segurança em montanha. Agora pretendemos desmembrar os assuntos tratados ontem em oficinas específicas, (...) como, por exemplo, rapel, procedimentos de guiadas, material móvel, auto- resgate, etc. (...)”

Paralelo a isso, queremos levar essa idéia para todo o Brasil. Nesse caso quem passaria a organizar seria a CBME, e os seminários seriam realizados pelas federações e/ou associações locais.

Outro objetivo seria a CBME produzir um anuário sobre acidentes em Montanha. Isso tudo usando como base principal o site de segurança em montanha coordenado pela CBME (www.cbme.org.br)

Acreditamos que com essa movimetação as pessoas vão perceber a importância de preencher os formulários com acidentes e também com os quase-acidentes. (...)”

Sem esses relatos a coisa fica bem complicada. Então, o primeiro passo para todos ajudarem é preencher no site suas experiências de acidentes e quase-acidentes. Pode ser coisa antiga, o importante é termos as informações do que tem ocorrido para sabermos o que fazer para que não continue acontecendo esses acidentes.

Abrços e obrigado a todos que ajudaram, inclusive indo ao seminário

Bernardo”

1º Seminário de
Segurança em
Montanha

Auditório
Ministro João
Alberto Lins e
Barros, UFRJ,
Urca



DEBATE SOBRE SEGURANÇA NO RAPEL - CEC 06/08/2008**Por Marcelo Roberto Jimenez e Miguel Freitas**

Este texto apresenta um resumo do debate realizado no CEC sobre segurança no rapel, onde foram discutidos procedimentos e nós para emendar cordas. O debate foi dirigido pelo Marcelo Roberto Jimenez e pelo Miguel Freitas, e teve como base alguns artigos técnicos sobre o assunto e uma boa troca de experiência de montanha de todos que participaram.

Procedimentos de segurança recomendados pelo departamento técnico

1. Prussik francês na corda, preso na perna do baudrier com um mosquetão. Motivo: serve para poder soltar as mãos em uma eventual parada no meio da descida e para evitar que o escalador caia se por algum motivo ele soltar a corda.
2. Deixar a solteira presa no mosquetão do aparelho durante o rapel. Motivo: é um backup em caso de falha do ponto onde o descedor for ancorado no baudrier. Por exemplo, se o escalador não se ancorar no local correto (alcinha do baudrier ou mochila) ou ainda para quem não confia no loop.
3. Um nó em cada ponta da corda. Motivo: evitar que o escalador passe pela ponta da corda por descuido.

Vale a pena unir as cordas no rappel?

A decisão de unir as cordas deve ser tomada caso a caso, pois existem diversas situações onde o rapel com duas cordas é não apenas mais lento como também mais inseguro. O caso do rapel da Silvio Mendes, no Pico Maior do Parque Estadual dos Três Picos, é exemplar: vários escaladores do clube já rapelaram a via com cordas emendadas apenas para constatar que não valia a pena (o nó da corda prende freqüentemente na chaminé). Recomenda-se que, mesmo quando houver duas duplas de escaladores para descer, o rapel com cordas emendadas seja considerado a exceção e não a regra. Como alternativas são sugeridas:

1. Cada dupla rapela de forma independente (uma corda por dupla).
2. As duas duplas rapelam em grupo, mas alternando as cordas. Algumas atividades são possíveis de serem feitas simultaneamente (um rapel em cada corda: rapel numa corda enquanto a outra é puxada etc). Segundo uma estimativa do Marcelo Roberto e do Miguel Freitas, com escaladores bem entrosados esta alternativa pode ser praticamente tão eficiente quanto a dos rapeis independentes. Uma possível vantagem deste esquema, não com relação à velocidade, mas sim à segurança (probabilidade de alguma coisa dar errado), é que cada trecho é aberto apenas 1 vez e tem 1 puxada de corda. Nos rapeis independentes todo trecho terá 2 aberturas e 2 puxadas de corda. Naturalmente existem casos em que o rapel com cordas emendadas é indispensável. Em outros casos, ele facilita a descida permitindo parar em pontos melhores, evitando diagonais ou dando mais “autonomia” na busca por grampos distantes. No caso de usar cordas emendadas, os seguintes esquemas foram propostos como alternativas para agilizar a descida de duas duplas:
 1. O primeiro escalador abre o rapel (60m – cordas unidas e fixadas individualmente).

Dois escaladores descem simultaneamente com as duas cordas em fixa. O último desarma as fixas e desce em rapel normal. Como sugere o Guilherme Fonseca (Piu-Piu).

2. No caso de uma cordada escalando com corda dupla, se forem ambos experientes, Sérgio Poyares, numa conversa, comentou que uma alternativa seria dois rapeis independentes, ou seja, cada escalador faria seu rapel com uma das cordas. Este procedimento tende a aumentar a velocidade, mas diminui a segurança, pois todo trecho é aberto e tem 1 puxada de corda, como lembrou o Adrian.

Qual o nó que deve ser usado para unir cordas?**Nó cego**

Na conclusão do debate, este nó é o mais recomendado para unir cordas, desde que seja bem apertado e seja deixada uma sobra suficiente. O nó cego é fácil de ser montado e desmontado depois de tracionado. Ao ser puxado este nó tem menor tendência de prender, pois ele tende a passar com a parte volumosa do nó por cima das quinas ao invés de se prender nelas. Esta teoria é confirmada pelo estudo da Bushwalkers. Em algumas situações testadas pela Bushwalkers o nó pode prender na quina e então a força para soltar foi menor quando a corda estava tensionada. O nó possui um modo de falha curioso: ao ser tracionado, quando não bem apertado, ele pode “flipar” (rolar sobre si mesmo), montando-se novamente com formato idêntico ao original, só que mais próximo da ponta da corda. No estudo de Tom Moyer o nó “flipou” com cargas entre 400kg e 700kg. O comportamento foi o mesmo com o nó molhado (as cargas obtidas foram parecidas) de acordo com o estudo de Tom Moyer, ou seja, o nó não fica menos seguro nesta situação. A cada flipada o novo nó resistiu a uma carga superior a anterior. Nos testes realizados na PUC-Rio pelo Adrian Giassone o nó nunca flipou e a corda rompeu com cargas superiores a 600kg. Nestes testes o nó foi bem apertado. Para montar um nó cego, recomenda-se que cada uma das 4 pontas seja puxada individualmente e que seja deixada uma folga de no mínimo 30cm para o nó eventualmente flipar. Recomenda-se também inspecionar a quantidade de folga a cada rapel.

Pescador Duplo

O pescador duplo é um nó tradicional usado há mais de 60 anos e reconhecido como seguro e resistente. É um nó difícil de desmontar depois de ser tracionado. Nos últimos anos ele tem sido questionado devido a alta chance de prender em lacas, bordas, fendas, arestas etc, quando puxado. O estudo da Bushwalkers confirma esta teoria: o nó prendeu em todas as bordas exigindo significativamente mais força (em média 40kg) do que os outros nós. Por este motivo, o pescador duplo foi descartado como opção de nó para unir cordas no estudo da Bushwalkers.

Oito duplo com pontas juntas

Este nó foi descartado nos testes da Bushwalkers, de Tom Moyer e do Miguel Freitas por não apresentar boa resistência à tração.