

# Índice

---

Introducción .....	5
Capítulo 1. El piolet .....	7
Capítulo 2. Agarre y autoseguro con el piolet .....	9
Capítulo 3. Técnicas de progresión. Escalada en nieve .....	11
Capítulo 4. Autodetención .....	16
Capítulo 5. Talla de peldaños .....	27
Capítulo 6. Los crampones .....	34
Capítulo 7. Cramponaje .....	37
Capítulo 8. Técnica francesa o de pies planos .....	39
Capítulo 9. Técnica de puntas delanteras .....	47
Capítulo 10. Progresión sin crampones. Cuadro resumen .....	54
Capítulo 11. Progresión con piolet y crampones. Cuadro resumen .....	56
Capítulo 12. Puntas delanteras o tercer pie. Cuadro resumen .....	57
Capítulo 13. Anclajes y reuniones con piolet .....	58
Capítulo 14. Descenso por deslizamiento .....	66

# Introducción

---

El piolet y los crampones son los utensilios fundamentales para progresar por la nieve dura y el hielo que tapiza las altas montañas, y las bajas durante el periodo invernal. Otros artilugios, como los esquís en los países nórdicos y las raquetas en muchas regiones montañosas del mundo, se conocen desde muy antiguo como medio de desplazamiento en la nieve profunda del invierno. Unos crampones rudimentarios, más parecidos, y no casualmente, a las herraduras de las caballerías, fueron también desde tiempos remotos la solución ideada por nuestros antepasados para transitar por terrenos helados.

Mientras que todos estos inventos resultaban necesarios para facilitar la vida cotidiana, el piolet, con apenas 200 años de existencia, fue concebido para escalar montañas, aunque basándose en otras herramientas ya existentes: el bastón de punta herrada, el pico del leñador saboyano, la azuela, el pico de obra, el hacha... Se gestó así un instrumento polivalente y ligero, más adecuado para su uso en las alturas.

La historia del alpinismo va intrínsecamente unida a la evolución de estas herramientas. Algunos piolets del siglo XIX presentaban un hacha en el lugar de la pala, ya que lo normal era subir tallando escalones en pendientes moderadas de hielo. La necesidad de afrontar mayores dificultades llevó a rediseñar y aligerar los instrumentos, y esos nuevos modelos permitieron a su vez plantear la resolución de nuevos retos. Al mismo tiempo, fueron desarrollándose técnicas que aprovecharon las posibilidades que presentaban esas herramientas para conseguir mejoras en su eficacia y seguridad.

Durante esos doscientos años, los utensilios han ido evolucionado, y con ellos las técnicas para utilizarlos. Pero estas técnicas siguen siendo poco y mal conocidas entre los hoy numerosos practicantes de la montaña. Estamos de acuerdo en que no deben ser un fin en sí mismas, sino un medio de disfrute de nuestro terreno de juego favorito, una llave que abre posibilidades. A menudo presenciaremos cómo los usuarios del piolet lo emplean

solamente a modo de bastón y para clavar el pico y traccionar de él ocasionalmente, tal como dicta el instinto. Y puestos a apoyarse en un bastón, muchos prefieren uno telescópico, que es más largo y cómodo, mientras pasean el piolet sujeto en la mochila.

Las maniobras de autodetención también resultan desconocidas para una gran parte de los propietarios de nuestras emblemáticas herramientas. Igualmente resulta frecuente ver principiantes con sofisticados piolets dispuestos a escalar cascadas de hielo cuando ni siquiera saben aún colocar correctamente los pies en la nieve.

El montañero debe conocer los modos de utilización del material para recorrer la montaña con seguridad y placer, al igual que los pájaros conocen y aplican sus técnicas de aleteo y planeo para desplazarse por el aire; no es algo tan instintivo, ellos también tienen que aprender. La infravaloración del riesgo en los terrenos de escasa dificultad técnica suele conducir a situaciones comprometidas, susos y accidentes.



Con este manual sólo se pretende dotar al deportista de unos cimientos sobre los que construir una práctica alpina más consciente y segura, porque la casa no se puede empezar por el tejado. ■