



Recreación y Seguridad en Hawaii



Diciembre 2014



Un comentario del Comandante de la Marina Naval de la Region de Hawaii sobre la muerte de dos marineros:

"Hawaii es un lugar hermoso y especial, pero hay riesgos naturales presentes debido al oleaje, declives montañosos y senderos peligrosos", dijo el contraalmirante Williams. "Pido que miembros de las fuerzas armadas y sus familias apliquen los principios de seguridad a diario. Tenemos que hacer todo lo que podamos para prevenir otra tragedia como esta."

De la Marina Naval de la Region de Hawaii
Numero de historia: NNS140610-12
Fecha de Publicacion: 6/10/2014 9:49:00 PM



OPNAVINST 5100.25C

Programa de Seguridad para Recreación

- Aplica a todos los miembros de las fuerzas armadas durante actividades recreativas y durante días libres o feriados
- Identifica actividades recreativas de riesgo elevado
- Identifica la responsabilidad del individuo:
 - Informar a sus supervisores cuando se planifique participar en actividades de alto riesgo
 - Realizar una evaluación de riesgo operacional (Operational Risk Management (ORM))
 - Reportar accidentes ocurridos



Actividades de Alto Riesgo

Volar Aviones Civiles

Ala Delta

Paracaidismo*

Buceo*

Salto en Bungee

Caza

Rodeo

Senderismo*

Motociclismo*

Ciclismo Montañero*

Pilotar Helicópteros

Surfear*

Surf de Vela

Vehículos como
cuadriciclos

Paravelismo

Salto de Acantilado*

Alpinista

Piraguismo*

Ciclismo de BMX*

Patinaje*

** Actividades que resultaron en marineros heridos o fallecidos*

Palabras acentuadas indican actividades acuáticas que pueden causar ahogos



Informarse Antes de Entrar al Océano



Caution

Approach with caution, conditions can change. This is the safest level of nearshore or offshore conditions.



CLOSED

Beach is closed.



No conditions available

Conditions do not apply to this location, for example offshore islands have no nearshore rating.



High Hazard

Conditions are hazardous. People are advised to stay out of the ocean.



Extreme

Conditions are extremely hazardous. People are advised to stay out of the ocean.

Oahu North Shore

Nearshore	Offshore	Beach
●	◆	Sunset Beach
●	◆	Ehukai Beach
●	◆	Ke'Waena Beach
●	◆	Chun's Reef
●	◆	Waimea Bay
●	◆	Lanikai Beach
●	◆	
●	◆	

Sitio Web:

www.hawaiibeachsafety.com

Actualización cada 10 minutos!

FORECAST SURF HEIGHTS

updated: Nov 12, 2014 9:38AM

[National Weather Service](#) predicted surf heights are based on a Oahu forecasting system. Kauai forecast coming soon.

LOCATION	SURF HEIGHTS	TIDES
North	25-35 ft.	
West	12-22 ft.	
South	1-3 ft.	view graph
East	1-3 ft.	view graph

Surf heights are forecast heights of the face or front of waves. Some waves may be more than twice as high as the significant wave height. Expect to encounter rip currents in or near any surf zone. National Weather Service Weather Hotline: 808-245-6001

La altura de las olas depende de quién está proporcionando la información y a veces la altura puede ser dos veces más alta

Verifique el Web:
<http://www.alohasurfguide.com/know-the-waves/>
Navy Region Hawaii

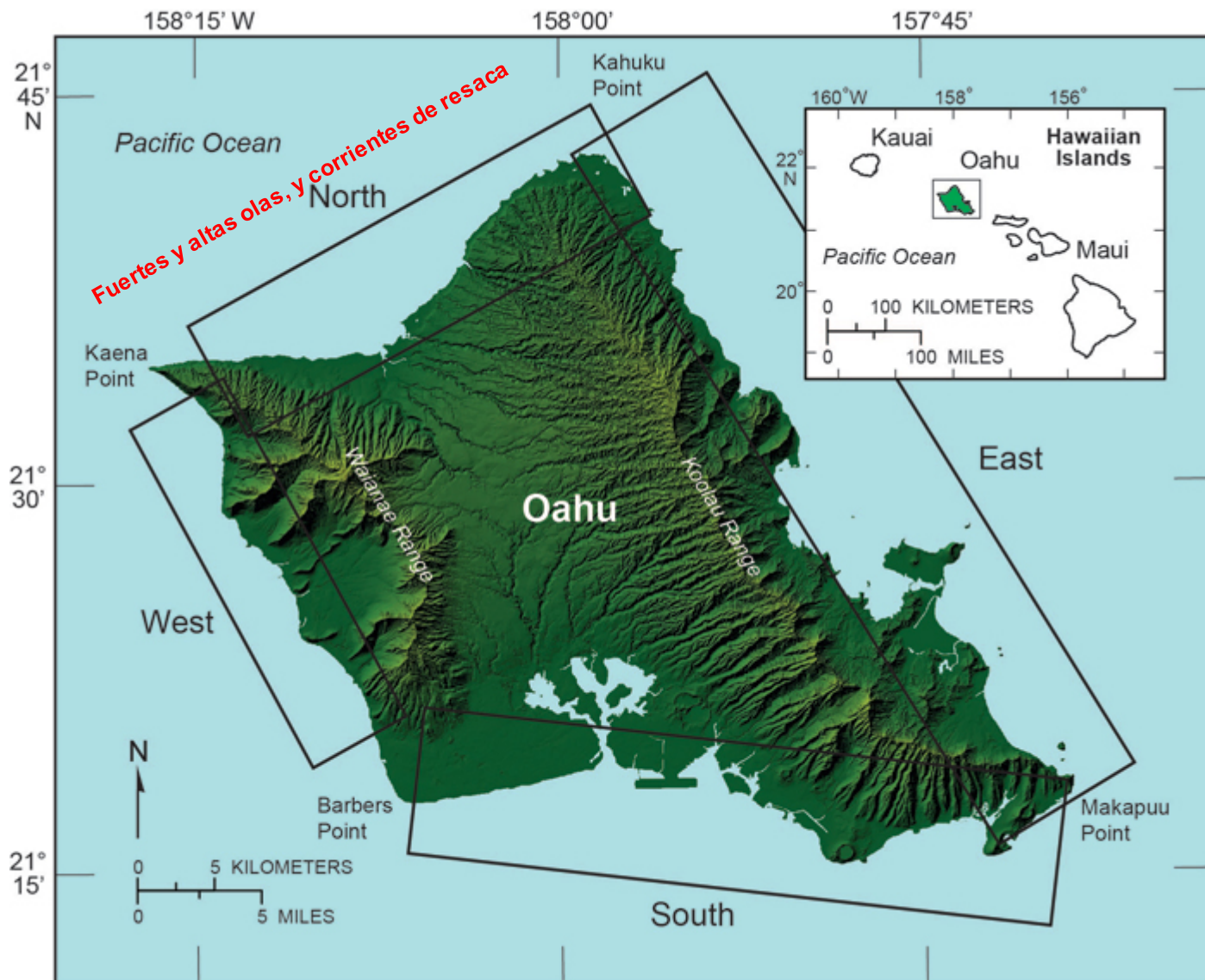


Ejemplos de Peligros en Algunas Playas Populares

Kauai		Issue
Lumaha'i Beach – apodo “Luma- <u>die</u> ”		Olas fuertes y corriente de resaca. Rocas resbalosas. Olas latas comunes desde Noviembre a Abril.
Kanapapi'ai Beach		Olas fuertes y corriente de resaca. Olas altas desde Noviembre a Abril.
Hanakapi'ai Beach		Es la decima playa mas peligrosa del mundo.
Oahu		Issue
North Shore	<u>Reportes de marineros heridos</u>	Olas fuertes y corriente de resaca. Olas altas desde Noviembre a Abril.
Sandy Beach	<u>Reportes de marineros heridos</u>	Olas destructivas a la orilla de la playa – Muertes ocurridas.
Waimea Bay	<u>Reportes de marineros heridos</u>	Fuertes olas y corrientes de resaca. Salto de acantilado/ahogos. Olas altas de Noviembre a Abril. – Muertes ocurridas.
Hanauma Bay		Corrientes de resaca – Muertes ocurridas.
Spitting Caves	<u>Reportes de marineros heridos</u>	Salto de acantilado/ahogos – corrientes de resaca – Muertes ocurridas.
China Walls		Salto de acantilado/ahogos – corrientes de resaca – Muertes ocurridas.



Mapa de la Costa de Oahu





Rótulos de Peligro – no los Ignore!

Tome nota: Señales de advertencia en las playas

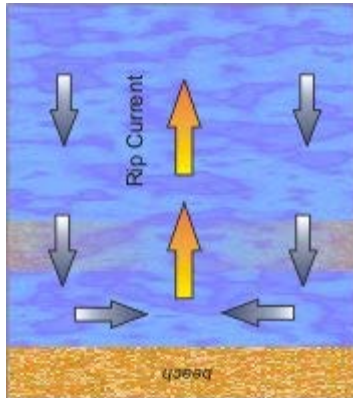
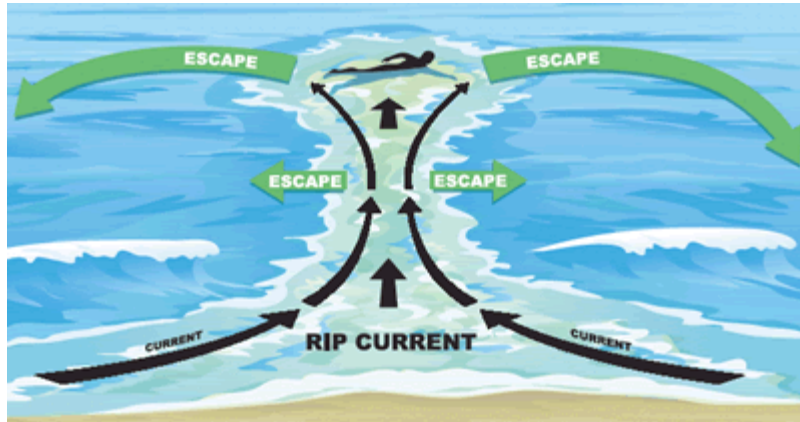


Tome nota: Señales de advertencia en riachuelos y montañas





Natación - Corrientes de Resaca



- No entre en pánico!
- No luche contra la corriente
- Nade en paralelo a la orilla
- Cuando este fuera de la corriente nadar en diagonal hacia la orilla
- Pida ayuda!



http://www.noaa.gov/features/monitoring_0609/ripcurrent.html



Consejos de Seguridad en el Océano

- Nade en las áreas donde hayan salvavidas presentes
- Pregunte a un salvavidas acerca de las condiciones y seguridad de la playa antes de nadar
- Nunca ingrese al mar solo
- No clavarse en aguas desconocidas
- No intente bucear cuando las olas estén altas
- Si una fuerte corriente de resaca no le permite regresar a la playa, señale y pida ayuda
- Evite nadar demasiado cerca a arrecifes
- Evite el agua turbia

En caso de duda, no se arriesgue.



Buceo con Esnórquel



- Nunca bucee de esnórquel solo
- Conozca su nivel de habilidad
- Tenga cuidado del desmayo en agua poco profunda
- Revise la costa con frecuencia, las corrientes pueden alejarle de la misma rápidamente
- Use bloqueador solar
- Sepa sus limites



Eche un vistazo a las actividades de MWR
<http://www.greatlifehawaii.com/>



El Surf



- Verifique la previsión del surf antes de ir
- Algunas olas pueden ser más altas de lo previsto
- Tome nota de corrientes de resaca
- Conozca las reglas y siga las instrucciones

FORECAST SURF HEIGHTS

updated: Nov 12, 2014 9:38AM

[National Weather Service](#) predicted surf heights are based on a Oahu forecasting system. Kauai forecast coming soon.

LOCATION	SURF HEIGHTS	TIDES
North	25-35 ft.	
West	12-22 ft.	
South	1-3 ft.	view graph
East	1-3 ft.	view graph

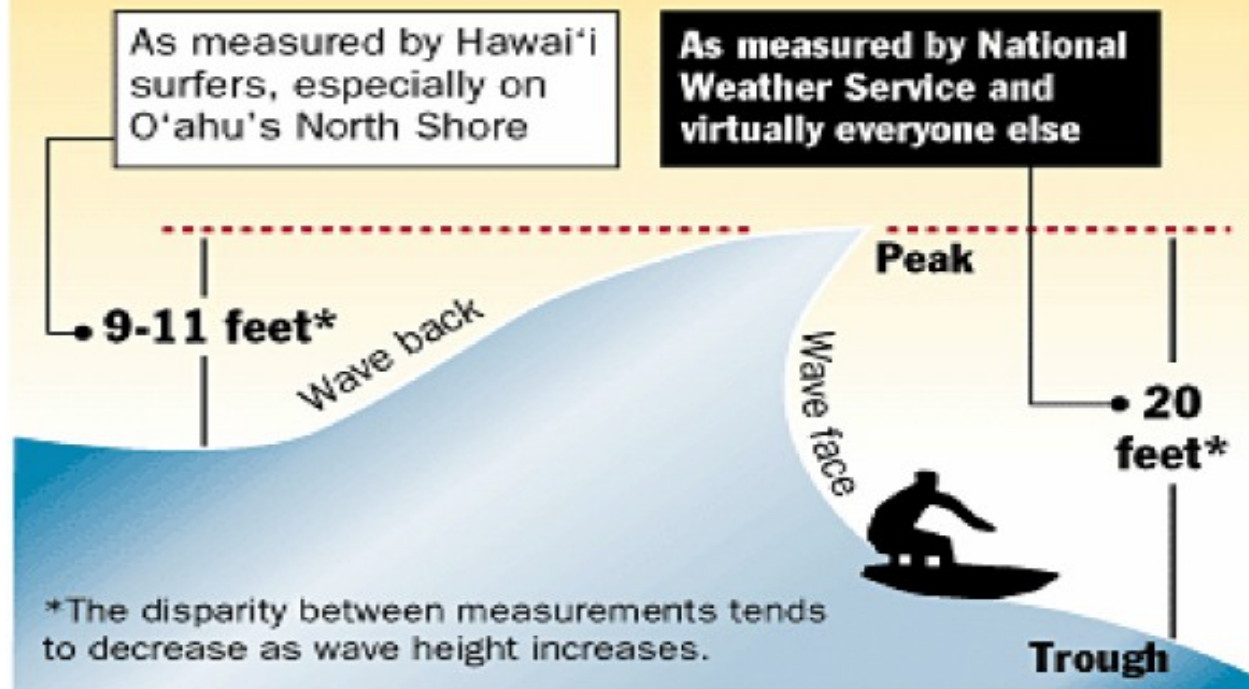


Alturas de las Olas de Hawaii

La altura de las olas en Hawaii es medida de manera distinta que en otras partes. Por ejemplo, una ola de 12 pies de altura en Hawaii mide 20 pies en otras partes del mundo.

Measuring wave height

Wave heights are measured differently by surfers and other beachgoers in other parts of the world. The National Weather Service is trying to standardize wave-height reporting, measuring the wave face, from trough to peak.



Source: National Weather Service

The Honolulu Advertiser



Navegación & Piragüismo



Uso CORRECTO de un Chaleco Salvavidas



Uso INCORRECTO de un Chaleco Salvavidas

- Presentar un plan de flotación
- Use un chaleco salvavidas
- Llevar un teléfono celular sellado en una bolsa
- Mantener 100 metros de distancia de un buque de la Marina
- Acceso es limitado a Pearl Harbor - verificar con MWR para obtener autorización



PEARL HARBOR, Hawaii (NNS)- Con la batería de su celular agotada, John Stockton, sabía que la mejor oportunidad de permanecer vivo era de ser visto, y no escuchado. Por suerte, la ayuda estaba en camino. La tripulación de la marina a bordo de un avión P-3C Orion salvó al hombre frente a la costa de la Isla Grande el 30 de Julio después de estar en el alto mar en un kayak durante más de dos días.

Si su embarcación se vuelca, quédense con ella, será más fácil encontrarle desde el aire



Orificios de Aire, Acceso a Playas y Pozas de Marea

<http://hawaiibeachsafety.com/alerts>



No le de la espalda al océano



Coral filoso



Photo: Susan Scott



Rocas resbaladizas



Picadura de medusa en la playa



Espinas penetran fácilmente del erizo de mar



Salto de acantilado resulta en la muerte de dos marineros



Dos Marineros de la Marina se ahogan en incidentes separados mientras saltaban del acantilado llamado Spitting Cave en la costa del Sur de Oahu en Abril y Junio de 2014

Ver la noticia en la siguiente URL:

<http://www.hawaiinewsnow.com/story/25734573/city-films-warning-message-about-spitting-caves-danger>

El uso de ORM probablemente habría evitado estas muertes innecesarias



Senderismo (Hiking)



Los Tres Picos en Olomana es un lugar popular de caminata en Oahu que recientemente cobró la vida de un excursionista experimentado. Cuando elija su caminata considere lo siguiente:

- Los retos de la ruta y habilidades requeridas
- El pronóstico del clima
- Su nivel de acondicionamiento, capacidad y equipamiento
- Puesta del sol
- La disponibilidad de agua, refugio y asistencia si es necesario

Hawaii es un gran lugar para caminar, pero tiene algunos peligros y desafíos únicos:

- Crestas de montañas y senderos con bajadas estrechas
- Rocas y terreno inestable
- Senderos que son extremadamente resbaladizos
- El cambio constante de condiciones meteorológicas, especialmente en los picos de las montañas y senderos
- Los valles estrechos sujetos a inundaciones rápidas
- Cerdos salvajes y perros de caza

Consulte <https://hawaiitrails.ehawaii.gov>

Para las condiciones del camino, mapas y mucho más



El Senderismo y Los Arroyos de Montaña

Las inundaciones repentinas pueden ocurrir rápidamente y sin previo aviso en valles estrechos y a lo largo de arroyos - incluso cuando no está lloviendo en esa localización específica



Antes



Después



La natación es posible en muchos riachuelos y cascadas de Hawaii - pero sólo cuando las condiciones lo permiten. Los torrentes de agua dulce y riachuelos son propensas a inundaciones peligrosas. Chequear las condiciones actuales y seguir los letreros de advertencia. Utilizar ORM para determinar si su actividad planificada es segura.



Los torrentes de agua dulce y senderos fangosos pueden contener bacterias Leptospirosis

- Bacteria afecta a los seres humanos y los animales
- Bacteria resulta en síntomas que pueden durar por meses
- Observe las señales de advertencia
- No entre en agua o camine en senderos fangosos con cualquier tipo de corte en la piel o heridas abiertas
- Agua clara no significa agua limpia



Ciclismo Montañero



Peligros:

- Senderos estrechos y curvados
- Rocas resbaladizas y terreno inestable
- Caminos empinados
- Extremadamente resbaladiza con lluvia
- Numerosas raíces y troncos de árbol, rocas afiladas
- Cambio de clima repentino

Antes de salir:

- Encuentre un compañero – no vaya solo
- Asegure que la bicicleta y el equipamiento este en buen estado
- Averigüe el pronóstico del clima y la hora de la puesta del sol
- Conocer el sendero planificado y el nivel de habilidad necesario
- Estar preparado para cualquier emergencia en caso de pasar la noche





Monopatín (Skateboarding)



Usar pistas de monopatín



Utilizar un casco



Utilizar equipo de protección individual



Si usa equipo de protección para trabajar, por qué no usarlo para jugar?



Referencia

Reference	URL
Centro de Seguridad Naval	http://safetycenter.navy.mil/
OPNAVINST 5100.25C RODS	http://doni.daps.dla.mil/allinstructions.aspx
MWR	http://www.greatlifehawaii.com
Hawaii News Now - Inscribase para las alertas meteorológicas	http://www.hawaiinewsnow.com/category/202017/weather
Estado de Hawaii - Inscribase para las alertas meteorológicas	https://portal.ehawaii.gov/page/alerts/
KSSK Radio pronóstico del clima	KSSK AM 590 - FM 92.3
NOAA website	http://www.prh.noaa.gov/hnl/
Hawaii 24/7 website	http://www.hawaii247.com/weather/
Información de navegación de playas en Hawaii	https://www.tombarefoot.com/