



## Cabalgatas: Requisitos de Seguridad para las Actividades



Uno de los aspectos más importantes de montar a caballo es demostrar respeto hacia el equino. Antes de cabalgar, inspeccione el caballo para asegurarse que no tenga cortaduras, heridas ni piedras atascadas en sus cascos.

El propósito de este requisito de seguridad para las actividades es el de proveer consejos para cabalgar por sendas o montar en picadero. Algunas actividades, como el salto, salidas de caza, conducción o juegos, pueden exigir equipos especiales, así como caballos e instructores con entrenamiento especializado.

**Sepa dónde cabalgar.** Lugares con piso firme que están señalados para montar a caballo. La cabalgata se debe realizar durante las horas del día; de noche, se debe realizar la práctica en un lugar cerrado y muy bien iluminado. Evite cabalgar en áreas húmedas, barrosas o en calles o playas de estacionamiento.

**Incorpore a las niñas con discapacidades.** Comuníquese con las niñas con discapacidades y/o con sus padres o tutores para evaluar algunas necesidades y preparativos. Aprenda más sobre los recursos e informaciones que proveen organizaciones tales como [Saddle Up!](#).

### Equipamiento para equitación

#### Equipo básico

- Pantalones largos y prendas apropiadas para la protección (las ropas deben ser ceñidas para prevenir engancharse con los aparejos)
- Botas o calzado con suela y por lo menos media pulgada de taco para prevenir que los pies se deslicen a través de los estribos (que no sean zapatos con puntas metálicas, para que puedan flexionarse en los estribos)
- Guantes bien ajustados para proteger las manos de ampollas, quemaduras de las cuerdas y cortes

### Equipo especializado

- Cabestro protector con el adecuado arnés de seguridad ajustado que cumpla con los requerimientos F1163-88 de la American Society for Testing and Materials ([ASTM](#)) con el respectivo sello de la Safety Equipment Institute (SEI)
- Silla de montar (tamaño apropiado para cada jinete) con tapaderas (piezas de cuero alrededor de los estribos para proteger el pie y evitar que se deslice fuera del estribo); si la silla de montar no tiene tapaderas, la jineta debe usar botas de montar con taco de al menos 1 pulgada para evitar que el pie se deslice.
- Alforjas

### Equipo especial para la marcha durante la cabalgata

- Equipo de lluvia
- Cabestrillo
- Riendas

### Prepárese para la cabalgata

- Comuníquese con el concilio y los padres.** Informe al concilio de Girl Scouts y a los padres o tutores sobre la actividad, incluyendo los pormenores sobre las precauciones de seguridad y la vestimenta adecuada y los elementos que pueden llegar a ser necesarios. Siga los procedimientos del concilio sobre la aprobación de la actividad, certificados de aseguración, y lineamientos del concilio sobre los exámenes generales de salud de las niñas. Haga los preparativos con anticipación para el transporte y confirme los planes antes de la partida.
- Las niñas planean la actividad.** Teniendo en cuenta el nivel de capacidad con relación a la edad, aliente a las niñas a adoptar un papel de liderazgo activo en la organización de los detalles de la actividad.
- Organice los grupos y prepare la supervisión.** La relación aconsejada entre voluntarios y niñas es de dos adultos (al menos una de ellas mujer) por cada:
  - 6 Girl Scout Daisies (montan sólo pony—y una persona los conduce de a pie)
  - 12 Girl Scout Brownies
  - 16 Girl Scout Juniors
  - 20 Girl Scout Cadettes
  - 24 Girl Scout Seniors
  - 24 Girl Scout Ambassadors

Y un adulto más por cada:

- 4 Girl Scout Daisies (montan sólo pony—y una persona los conduce de a pie)
- 6 Girl Scout Brownies
- 8 Girl Scout Juniors

- 10 Girl Scout Cadettes
  - 12 Girl Scout Seniors
  - 12 Girl Scout Ambassadors
- Verifique la habilidad del instructor para cabalgatas.** Los instructores de cabalgata deben ser adultos con una certificación de una acreditada organización para el entrenamiento de instructores de equitación, tales como la [Certified Horsemanship Association](#) y la [American Association for Horsemanship Safety](#), o pruebas documentadas de un mínimo de tres años de exitosa experiencia de instrucción en un programa general de equitación. El instructor asistente deben tener por lo menos 16 años de edad y haber sido certificado por una organización como acreditado instructor de equitación o tener pruebas documentadas de por lo menos un año de experiencia exitosa en la instrucción de programas de equitación en general. Los jinetes deben ser supervisados por los instructores o asistentes de instructores en todo momento cuando están próximos a los caballos, ya estén montados o no. Las cabalgatas en circuitos o corrales, así como en pistas de equitación para un grupo de diez o menos jinetes, debe estar supervisada al menos por un instructor y un instructor asistente, así como se requerirá un instructor adicional por cada cinco jinetes adicionales. También se necesitará incrementar el número de instructores cuando participen principiantes y niñas jóvenes, o frente a caminos difíciles.
- Reúna los contactos claves.** Deje en su casa una hoja con el itinerario planeado; llame a la persona de contacto antes de la partida y al regreso. Confeccione una lista con la información de contacto de los padres o tutores de las niñas, con los números de teléfono de los servicios de emergencia y de policía, así como los contactos del concilio, y manténgala a mano o fíjela un un sitio de fácil acceso.
- Evalúe el nivel de madurez de las participantes.** Las niñas deben poseer una coordinación física y equilibrio suficiente para participar de una cabalgata. Son lo suficientemente grandes como para entender y práctica procedimientos seguros, para apelar al buen criterio en el momento de reaccionar ante situaciones y para asumir responsabilidades por ellas mismas y por sus caballos. (Algunos establos establecen límites de peso para el jinete. Controle cuando efectúe la reservación)
- Elija un sitio seguro.** Obtenga autorización y todos los permisos necesarios antes de cabalgar en tierras públicas o privadas; se deben mantener los historiales de los controles de mantenimiento, solicitudes y reparaciones. El operador del establo debe proveer las constancias los seguros de responsabilidad y las certificaciones y referencias de los instructores de otros usuarios jóvenes del establo. Tanto para el concilio de las Girl Scout como las instalaciones de cabalgata que no pertenezcan a Girl Scout, el área de cabalgata debe estar exento de las distracciones del exterior y de escombros; los establos y las áreas de cabalgata no deben tener cercas de alambre de púa expuestos; los circuitos de instrucción, corrales, áreas de pastoreo y los establos deben estar limpios y despejados. Los elementos para sujetar al caballo (silla de montar, bridas y todo lo demás), deben estar limpios y en buenas condiciones. Comuníquese con la organización para montar a caballo sobre alguna limitación de peso para los jinetes; en algunos casos, jinetes pesados pueden causar dolor al caballo, el cual, a su vez, puede llegar a exhibir una conducta peligrosa.
- Vístase adecuadamente para la actividad.** Cerciórese que las niñas y los voluntarios eviten usar alhajas, especialmente aros, brazaletes y collares. Nadie debe cabalgar

descalzo, en sandalias o botas de excursión con suela sólida de goma. Los jinetes no deben portar mochilas, bolsas ni bolsas pequeñas.

- ❑ **Tome recaudos para la seguridad de todos.** Se debe disponer un vehículo de emergencia. Los participantes y los instructores deben conocer de antemano los planes de comunicación con los servicios de emergencia, frente a la posibilidad de incendios, mal tiempo o algún jinete herido, o un caballo lesionado o perdido. En las instalaciones de Girl Scout, debe ser posible la comunicación entre el área de cabalgata y el director del sitio o el personal sanitario. Deben estar visiblemente dispuestos en el establo y en las áreas de las pistas, los números de teléfono del departamento de incendio, hospital local, el servicio de ambulancia y veterinario, así como las niñas y los adultos deben conocer la localización de las alarmas de incendio.
- ❑ **Prepárese para emergencias.** Cerciórese de la presencia de un equipo de primeros auxilios a prueba de agua y de una persona encargada de los primeros auxilios con su correspondiente certificado, incluyendo el CPR o CPR/AED para adultos y niños, en condiciones para atender casos caídas, abrasiones y quemaduras de sol. Si alguna parte de la actividad está localizada a 60 minutos o más de los servicios médicos de emergencia, asegure la presencia de un encargado de primeros auxilios (nivel 2) para Primeros Auxilios en un Áreas Silvestres y Remotas. Lea el *Fundamentos para Voluntarios (Volunteer Essentials* en español) para más información sobre los estándares y entrenamiento para primeros auxilios.

### El día de la cabalgata

- ❑ **Obtenga un informe meteorológico.** En la mañana de la actividad de cabalgata, controle [www.weather.com](http://www.weather.com) u otra fuente del tiempo confiable, para determinar si las condiciones climáticas son las adecuadas. Si condiciones meteorológicas severas impiden la actividad, esté preparada con otro plan o una actividad alternativa. Frente a la perspectiva de mal tiempo, escriba, revise y practique planes de evacuación y de emergencia con las y divulgue el plan. En el caso en que se produzca una tormenta, busque un refugio alejado de los objetos altos (incluidos árboles, puentes y postes eléctricos). Establezca el punto más bajo en un área abierta. Siéntese en cuclillas en el suelo sobre las plantas de los pies, y coloque las manos sobre las rodillas y oculte entre ellas la cabeza.
- ❑ **Emplee el sistema de parejas.** Las niñas están divididas en equipos de dos. Cada niña elige a una pareja y es responsable de permanecer con ella en todo momento, alertándola de peligros, dándole asistencia inmediata si fuese posible, y buscando ayuda cuando las situaciones así lo exijan. Si alguien del grupo resultase herida, una persona la cuida, mientras las otras dos procuran ayuda.
- ❑ **Cuidar las pertenencias.** Guarde sus pertenencias en un lugar seco y cerrado.
- ❑ **Las niñas deben aprender la cabalgata segura.** Una demostración pre-montaje se les debe dar a las niñas que cabalgan por primera vez, incluyendo montado, desmontado, comienzo, detención, direccionamiento y el mantenimiento del cuerpo en una posición balanceada. Evite cambiar su vestimenta, tales como ponerse un equipo de lluvia, mientras monta a caballo, porque puede llegar a asustar al animal; en cambio, desmonte para cambiarse las ropas y hacer otros ajustes.
- ❑ **Pruebe y clasifique a los jinetes de acuerdo con sus habilidades para montar.** El caballo y el área de equitación deben asignarse según la habilidad de los jinetes. Los jinetes

- principiantes participan de lecciones introductorias de seguridad, incluyendo información sobre psicología y conducta del caballo y a aproximarse, manipulación y conducción de un caballo. Antes de la cabalgata de prueba, todos los jinetes se recalientan en una pista o en un corral para asegurarse que ellos están bien preparados para sus caballos y pueden controlar todas las marchas y funciones requeridas durante la jineteada de prueba. Cerciórese de que los jinetes se sientan seguros de sí mismos y demuestren las habilidades mínimas para el control del caballo (detenerse, comenzar y girar) y mantener una distancia adecuada.
- ❑ **Siga los estándares básicos de la equitación.** Un instructor debe hacer un control de seguridad de la vestimenta, calzado, casco, y silla de montar, la correa de la cincha, la longitud de los estribos, y las riendas del caballo, para asegurar que el equipo se ciña adecuadamente y/o esté debidamente ajustado. El instructor también debe controlar la seguridad del área de la cabalgata antes de cada sesión. Sólo un jinete por vez está autorizado a montar un caballo, y no se debe beber ni comer durante la cabalgata. Los portones deben dejarse como se encontraron, abiertos o cerrados. Los jinetes deben desmontar antes de atravesar los pequeños portones.
  - ❑ **Respete los estándares de cabalgata de los circuitos o corrales.** En todo momento, cada caballo y jinete deben estar bajo la observación de un instructor, y la cabalgata en la pista debe estar despejada para los caballos y libre de obstrucciones peligrosas. La cerca debe tener por lo menos 42 pulgadas de altura, ser visible y estar bien mantenida. Los portones de la pista deben estar cerrados.
  - ❑ **Inspeccione los caballos. Evite espantarlos.** Los caballos que muestren conductas de incomodidad o anormales, deben ser desmontados y controlados por posibles heridas o una pobre instalación del recado, y puede llegar a ser devuelto caminando al establo. Si el caballo se pierde, no trate de capturarlo; en cambio, se trata de una tarea de una persona que con tranquilidad tratará de recuperar el caballo.
  - ❑ **Respete los estándares de las sendas para cabalgar.** La duración de trayecto de la cabalgata y el modo de caminar de los caballos están supeditados a la habilidad del menos experimentado de los jinetes. Los senderos para equitación deben estar en buenas condiciones y libres de obstrucciones peligrosas, tales como ramas bajas que cuelgan. Los senderos deben estar marcados, mapeados, regularmente inspeccionados y mantenidos. Los participantes deben cabalgar en una sola fila, con una distancia de un caballo entre cada jinete, con un instructor a la cabeza y otro detrás del grupo. Los jinetes deben tener control del caballo, mantener la distancia entre caballos, e incrementar la distancia entre caballos cuando aumenten sus velocidades. En la subida o bajada de colinas, los caballos deben ser caminados (no montados), del mismo modo que en los últimos diez minutos de cualquier período de cabalgata, de manera que pueda desacelerar.
  - ❑ **En lo posible, evite las rutas y autopistas públicas.** Si un grupo debe cruzar una ruta, el instructor primero debe detener al grupo en una línea bien distanciada de la ruta, observar el tráfico, y luego señalar al grupo que puede cruzar. A su señal, todos los caballos se dirigen hacia la autopista y cruzan al mismo tiempo.

### Sitios en la web sobre cabalgatas

- **Certified Horsemanship Association:** [www.cha-ahse.org](http://www.cha-ahse.org)
- **International Federation for Equestrian Sports:** [www.fei.org](http://www.fei.org)

- **United States Pony Clubs:** [www.ponyclub.org](http://www.ponyclub.org)

### Lo que las niñas deben saber sobre las cabalgatas

- **Procure conocer a su caballo.** ¿Sabía que hay más de 50 colores de caballos? Por ejemplo, los purasangre son identificados por sus colores, los cuales incluyen el bayo, negro, castaño, bayo oscuro o marrón, gris y ruano Visite [www.horseguide.com](http://www.horseguide.com) y [www.thinklikeahorse.org](http://www.thinklikeahorse.org) para más información sobre caballos.
- **Sostenga a su caballo.** Antes de montar a caballo, aprenda cómo montar, desmontar, manejar las riendas y otros procedimientos de la equitación en [www.mahalo.com/how-to-ride-a-horse](http://www.mahalo.com/how-to-ride-a-horse).
- **Respete al caballo.** ¿Sabía usted que los caballos se sienten menos cómodos cuando no pueden ver los ojos de los jinetes? Por ello, evite usar anteojos de sol.

### Jerga de las cabalgatas

- **Breaking (or breaking in):** La educación de un caballo joven, al cual se le enseña las habilidades necesarias para su futuro como caballo de montar o de arrastre
- **Nearside:** La lado izquierdo del caballo, el lado de afuera está sobre la mano derecha del caballo
- **Leg up:** Método de montado en el cual un asistente permanece detrás del jinete, sostiene la parte baja de su pierna izquierda, y le da el impulso necesario para que el jinete se pueda elevar desde el piso