

VÍAS

Miriam
Lorenzo González

Roberto
Iván Cano

FERRATAS

Rutas por España
para todos los niveles
con los mejores consejos

ANAYA
TOURING



VÍAS FERRATAS

© **Textos:** Miriam Lorenzo González y Roberto Iván Cano
© **Fotografías:** Roberto Iván Cano
© **Diseño de cubierta/interior y maqueta:** Isaac Gimeno (lanada.org)

Primera edición digital: Octubre 2025

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© **Grupo Anaya, S.A., 2025**

Valentín Beato; 21
28037 Madrid

Edición electrónica sobre la 1.^a edición impresa
ISBN: 978-84-9158-989-1

Miriam
Lorenzo González

Roberto
Iván Cano

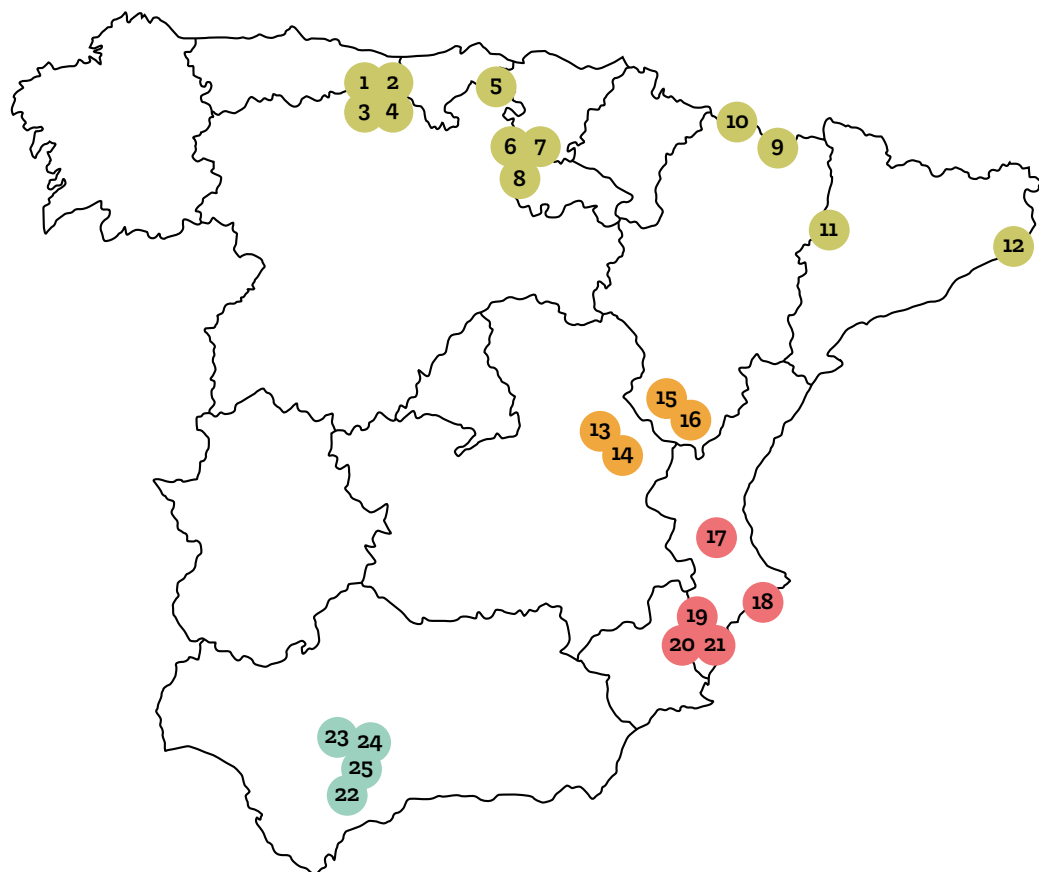
VÍAS

FERRATAS

Rutas por España
para todos los niveles
con los mejores consejos

ANAYA
TOURING

ÍNDICE



Introducción — 7

**Cómo leer y entender
la dificultad en las
vías ferratas** — 11

**Material necesario
para hacer vías ferratas** — 17

**Técnicas de progresión
en vías ferratas** — 23

Conservación — 29

VÍAS FERRATAS

ZONA NORTE

- 1 K3 — **La Hermida** — 35
La Hermida, Cantabria
- 2 K3 — **El Milar** — 43
La Hermida, Cantabria
- 3 K2 y K4 — **Escalera al cielo** — 51
La Hermida, Cantabria
- 4 K6 — **Peñarruscos** — 57
La Hermida, Cantabria
- 5 K5 — **Callejomadero** — 65
Ramales de la Victoria, Cantabria
- 6 K2, K3 y K4 — **Cresta de Sobrón** — 73
Sobrón, Álava
- 7 K5 — **Harri Gorri** — 83
Sobrón, Álava
- 8 K3 y K4 — **Miraveche-Silanes** — 89
Silanes, Burgos
- 9 K3 — **Sorrosal** — 97
Broto, Huesca
- 10 K3+ — **Pared de Iserías** — 105
Canfranc, Huesca
- 11 K6 — **Cágate Lorito** — 113
Sant Llorenç de Montgai, Lleida
- 12 K3 — **Cala del Molí** — 123
Sant Feliu de Guíxols, Girona

ZONA CENTRO

- 13 K3 y K4 — **Los cortados de Villalba, Ventano del Diablo** — 133
Villalba de la Sierra, Cuenca
- 14 K4 — **Las Buitreras** — 143
Priego, Cuenca
- 15 K3+ — **Peña del Cid** — 151
Libros, Teruel
- 16 K3 — **Peña Grajera** — 159
Libros, Teruel

COSTA DE LEVANTE

- 17 K2, K3 y K6 — **Fuente Godalla** — 165
Enguera, Valencia
- 18 K3 — **Ponoig/Ponotx** — 173
Benidorm, Alicante
- 19 K1, K2 y K3 — **El Bolón** — 181
Elda, Alicante
- 20 K2 y K4+ — **Redován** — 191
Redován, Alicante
- 21 K5 — **Callosa de Segura** — 201
Alicante

ANDALUCÍA

- 22 K3 — **Castillo del Águila** — 211
Gaucín, Málaga
- 23 K1 y K2 — **Presa de los Caballeros** — 219
Montejaque, Málaga
- 24 K1 y K2 — **Tajo de Ronda** — 227
Ronda, Málaga
- 25 K2 — **Atajate** — 233
Ronda, Málaga



INTRODUCCIÓN

LAS VÍAS FERRATAS: PUENTES ENTRE PARED Y CORAZÓN

Cuando hablamos de vías ferratas, muchos piensan en estructuras de hierro que trepan por paredes verticales, en nudos, cables y grapas que parecen sacados de una película de aventura. Pero, en realidad, son mucho más que eso. Porque las vías ferratas son un invento moderno, pero con raíces profundas en la historia de la montaña y la exploración. Antes de lanzar al aire esas expresiones como «escaparse a la pared», hagamos un pequeño viaje al pasado para entender qué son, cómo nacieron y por qué hoy en día han conquistado tantos corazones.

¿Qué son las vías ferratas? Una pequeña definición para los no iniciados.

La palabra *ferrata* proviene del italiano, y significa «hierro» o «ferre». Literalmente, una vía ferrata es un camino equipado con cables, grapas, escaleras y puentes. Permiten ascender paredes verticales o travesías peligrosas y producen una sensación de adrenalina sin necesidad de ser un escalador experto ni dominar las complicadas técnicas que exige la escalada tradicional. Es una especie de «puente» entre la aventura y la accesibilidad, entre la pared y tú. La ventaja es que, con un equipo adecuado y las instrucciones precisas, aunque en ocasiones puede requerir un alto grado de fuerza y algo de experiencia, cualquiera puede disfrutar de esa sensación de estar colgado en el aire, rodeado de montañas y naturaleza, sin tener que ser un superatleta o un escalador profesional.

LA HISTORIA DE LAS VÍAS FERRATAS: DE LA GUERRA A LA MONTAÑA

Ahora, quizás te preguntes, ¿de dónde sale esta moda? Pues bien, las vías ferratas tienen un origen relativamente reciente, y muy ligado a la historia y la innovación. Fueron creadas en los Alpes italianos durante la Segunda Guerra Mundial, diseñadas por militares para facilitar el acceso a zonas de difícil paso y el movimiento en zonas estratégicas. Pero no quedó ahí la cosa. En los años setenta, un divulgador y escalador italiano llamado Giovanbattista Pizzoli empezó a transformar esas estructuras militares en caminos recreativos, adaptándolas para que cualquier aventurero pudiera sentir esa misma emoción, pero sin guerra de por medio ¡afortunadamente!

Desde entonces, las vías ferratas se extendieron por toda Europa, y en los últimos años, por todo el mundo. Se convirtieron en una forma accesible de acercarse al mundo vertical, de conectar con paredes que en el pasado solo estaban reservadas para escaladores especializados o a montañeros experimentados. Hoy en día, muchas de esas estructuras todavía conservan esa historia en su ADN, pero también se han adaptado a los nuevos tiempos, buscando ser sostenibles, seguras y, sobre todo, divertidas.

¿Qué impacto tienen en el turismo? ¿Realmente ayudan a repartir los visitantes?

Cuando Miriam y yo empezamos a practicar este deporte, nos dimos cuenta de que las ferratas podían ser beneficiosas para el turismo en las regiones más necesitadas, quizá más olvidadas.

Aquí, la cuestión se vuelve más interesante. Es cierto que en muchas de esas áreas donde las vías ferratas se han implantado, no podemos decir que hayan revolucionado el turismo ni provocado una redistribución masiva. En realidad, no hay tantos que las hagan todavía. Pero, ojo, no debemos subestimar su efecto: en lugares como Libros en Teruel, o Sobrón en Álava, sí que hemos visto que algunos turistas llegan expresamente para vivir esa sensación en un entorno accesible y más natural, lejos de los destinos saturados.

Por otro lado, estas estructuras también han llegado a zonas menos conocidas, pequeñas localidades en la España vaciada. Piensa en la provincia de Soria, en Teruel o en pequeños pueblos de Málaga: sitios donde el turismo no es un motor principal, y donde estas vías pueden ofrecer una forma de atraer visitantes sin que se conviertan en masas. Sin embargo, hay que ser sinceros: mucha gente que disfruta de las vías ferratas, en realidad no contribuye significativamente al desarrollo económico local. Hacen una actividad rápida, de unas horas, y siguen su camino. En esos casos, la vía ferrata en sí no ayuda a dinamizar la economía, sino que puede ser solo un motivo más de molestia si no está acompañada de una buena gestión. Por eso, es nuestra responsabilidad como viajeros contribuir a esa economía local con pequeños gestos como hacer la compra en sus supermercados locales, comer en sus restaurantes o alojarnos en sus hoteles. Las empresas de turismo activo darán trabajo a la gente joven que quizá tenga una alternativa para construirse una vida en su tierra natal.

Y aquí entra en juego otra reflexión importante: esas vías cerradas o menos transitadas, mantenidas en lugares todavía vírgenes, conectan con el deseo humano de buscar experiencias auténticas. Nos acercamos a la montaña sin hacer ruido, sin aglomeraciones, en un acto de pura conexión con la naturaleza. En estos lugares, las vías ferratas no solo ofrecen un reto físico, sino que también permiten una reconexión con la esencia más pura de la montaña. Sin ruidos, sin multitudes, en espacios donde todavía se respira esa sensación de estar en un rincón del mundo que no ha sido completamente conquistado por el turismo masivo. Ahí, la vía ferrata se convierte en un puente entre tú y la pared, un medio para acercarte sin miedo y sin necesidad de tener los conocimientos o la fuerza que requiere una escalada técnica. Esa es, para mí, una de sus grandes virtudes: democratizar el acceso a paredes y lugares que antes parecían inalcanzables, abriendo un pequeño camino para que más personas puedan disfrutar del monte sin tener que ser escaladores profesionales. Es una forma de poner la naturaleza al alcance de todos, cuidando, eso sí, que esa apertura no deje huellas irreparables en esos espacios que todavía conservan su estado más puro.

¿Qué nos depara el futuro de las vías ferratas?

Pues bien, si hay algo evidente, es que su papel en el turismo sostenible puede ser muy significativo si se gestiona con criterio y responsabilidad. La clave será que las infraestructuras, las rutas y las normativas evolucionen pensando en el equilibrio entre diversión y protección ambiental. Imaginemos, por ejemplo, que en los próximos años se implemen-

ten sistemas inteligentes de gestión, con límites de aforo en zonas sensibles o vías cerradas en espacios todavía vírgenes, controladas mediante tecnología que ayude a evitar la masificación y a proteger esos entornos.

Ya en algunos sitios se empiezan a implantar estos sistemas. Cuenca o Sobrón, por ejemplo, con una reserva previa y un pago mínimo controlan el número de personas en la vía, ayudando a no sobrecargar el espacio y a llegar a ese equilibrio que buscamos. La innovación y el control inteligente del impacto serán, sin duda, piezas clave en esa visión futura.

Y TÚ, ¿QUÉ CAMINO ELIGES?

Al final, esa decisión está en nuestras manos. Las vías ferratas nos abren una puerta a unas paredes verticales que alguna vez parecieron inalcanzables, pero también nos invitan a reflexionar sobre cómo queremos que esa puerta siga abierta en el futuro. ¿Seremos responsables y cuidaremos el entorno? ¿Valoraremos y apoyaremos a las comunidades que las rodean? La montaña aún tiene mucho que ofrecernos, pero requiere de nuestro compromiso y respeto. Como en toda aventura, será en la forma en que elijamos recorrer ese camino como realmente se defina nuestro valor como viajeros y como guardianes de estos espacios mágicos. Porque, al final, las vías ferratas no son solo un puente entre pared y corazón; también pueden ser un puente hacia una forma de turismo y de vida más responsable y consciente.



CÓMO LEER Y ENTENDER LA DIFICULTAD EN LAS VÍAS FERRATAS

TIPOS DE FERRATA Y CÓMO INTERPRETARLAS ANTES DE LANZARSE

Uno de los aspectos más importantes a la hora de enfrentarse a una vía ferrata es entender qué nivel de dificultad tiene, qué tipo de recorrido nos espera y cómo podemos leer la información previa para prepararnos bien y disfrutar con seguridad.

No todas son iguales. Algunas son accesibles, suaves, casi un paseo por la montaña con alguna grapa que otra, mientras que otras pueden exigir un nivel físico y técnico alto, además de buena gestión del vértigo. Por eso, en este capítulo vamos a repasar cómo se clasifican las vías ferratas, qué tipos podemos encontrar y cómo hacer una lectura útil de cada itinerario antes de comenzar.

ESCALAS DE DIFICULTAD: ¿QUÉ SIGNIFICA ESO DE K1, K2, K3...?

En Europa, y especialmente en España, la clasificación más extendida es la escala Hüsler, que utiliza la letra K (de *Klettersteig*, «vía ferrata» en alemán) seguida de un número del 1 al 6. Esta escala tiene en cuenta factores como la verticalidad, la exposición, el esfuerzo físico requerido y la cantidad de apoyos artificiales disponibles. Un resumen orientativo sería el siguiente:

K1 (muy fácil): Tramos sencillos, poco expuestos, con abundantes agarres y grapas. Ideal para quienes se inician o quieren una experiencia tranquila.

K2 (fácil): Algo más vertical, con pasos ligeramente más técnicos, pero aún accesible para la mayoría de las personas con buena movilidad.

K3 (moderada): Aumenta la exigencia física y psicológica. Hay más exposición al vacío y puede ser necesario tirar de brazos en algunos momentos. Aquí ya empiezan a aparecer los agarres naturales tanto para manos como para pies.

K4 (difícil): Desplomes, agarres más espaciados, menos descansos y tramos que exigen cierta técnica. Pensada para personas con experiencia y buena forma física. Pero no hablamos solo de fuerza, determinados factores técnicos, como un rapel o una escalera extraña muy expuesta, pueden llevar una vía sin esfuerzo físico a este nivel.

K5 (muy difícil): Vía atlética, con pasos que requieren fuerza y concentración. A menudo incluye tramos aéreos, equipamiento escaso y poco margen para el error. Las grapas alejan lo suficiente como para pedir un mínimo de altura en algunas ocasiones

K6 (extremadamente difícil): Muy técnica, sostenida y exigente. Solo recomendable para ferratistas avanzados, bien entrenados y habituados a vías de este nivel.

Es importante recordar que estas categorías son orientativas. La percepción de dificultad puede variar mucho según el estado físico, la experiencia personal y las condiciones del día.

TIPOS DE VÍAS FERRATAS: NO TODOS BUSCAMOS LO MISMO

Además del grado de dificultad, es útil entender el tipo de experiencia que propone cada vía. Algunas están diseñadas para ser muy deportivas, otras buscan más el disfrute del entorno natural o servir como iniciación.

Aquí te explicamos algunos tipos comunes y ponemos ejemplos que mostraremos en los capítulos posteriores:

Ferratas familiares

Pensadas para la iniciación y el disfrute en grupo, incluso con niños. Son cortas, de baja dificultad (K1-K2) y bien equipadas. Perfectas para primeros contactos con este tipo de actividad. El tramo familiar de Redován en Alicante podría ser un buen ejemplo.

Ferratas panorámicas o paisajísticas

Aquí el objetivo es disfrutar del entorno. El recorrido suele ser horizontal o en travesía, con tramos sencillos y poca exposición. A menudo están ubicadas en zonas de gran interés natural, y son aptas para casi todos los públicos. El Sorrosal, el Castillo del Cid o el Tajo de Ronda son vías de este estilo.

Ferratas deportivas

Se desarrollan en paredes verticales o desplomadas, con abundantes grapas y elementos como puentes colgantes o escaleras. La progresión es vertical o diagonal, y suelen tener un enfoque técnico y físico. Las Buitreras, Redován o Callosa del Segura entrarían dentro de esta descripción.



Ferratas técnicas o psicológicas

Aunque no siempre son físicamente duras, estas vías pueden suponer un reto por su exposición al vacío, tramos aéreos o secciones en las que el componente mental juega un papel clave. Requieren seguridad en uno mismo y buena gestión del miedo. Callejo Madero o Sobrón pertenecen a este estilo.

Ferratas exigentes o extremas

Reservadas para personas con mucha experiencia. Acumulan tramos difíciles y largos muy físicos, con pocas posibilidades de descanso. En ellas, una buena planificación y forma física son esenciales. Cágate Lorito o Peñarruscós son las vías más duras de este libro.

CÓMO LEER UNA VÍA FERRATA ANTES DE RECORRERLA

Antes de emprender una vía, conviene reunir la máxima información posible. No se trata de quitarle emoción al recorrido, sino de poder enfrentarlo con criterio y seguridad.

1. Consulta la ficha técnica

Todas las ferratas tienen una ficha que detalla:

- Nivel de dificultad (K1 a K6)
- Longitud y desnivel
- Duración estimada (incluyendo aproximación y regreso)
- Tramos destacados (desplomes, puentes, escapes)
- Equipamiento y estado

Este primer vistazo te ayudará a saber si es una vía adecuada para ti, para tu grupo o para el día que has elegido.

2. Revisa el croquis

Un buen croquis —aunque sea esquemático— ofrece una visión general del recorrido, las zonas clave, los puntos de reposo o escape y los elementos singulares. Es muy útil para anticipar los tramos más exigentes o para saber dónde hay que gestionar bien las fuerzas. También te da una idea del recorrido para no perderte en la pared. Suele haber un panel informativo al inicio o en el parking de las ferratas.

3. Lee reseñas y experiencias recientes

Foros especializados, webs de montaña o aplicaciones como Wikiloc, Komoot o

Vertical Life pueden ofrecer valoraciones actualizadas de personas que han recorrido la vía recientemente. Presta atención a comentarios sobre el mantenimiento, el desgaste del equipamiento o condiciones particulares (agua, barro, vandalismo, etc.).

Nosotros antes de subirnos a cualquier vía siempre revisamos las páginas:

- www.deandar.com
- www.rocjumper.com
- <https://ferratashierroyroca.blogspot.com/>

Y por supuesto, los vídeos del canal de Javier Producciones que tanto nos ha ayudado: <https://www.youtube.com/@topojavi1>.



Por último, es recomendable hacer una búsqueda de la página oficial para chequear las temporadas, restricciones, pago...

4. Valora tu situación personal

No hay vía perfecta, pero sí hay vías adecuadas para ti hoy. Reflexiona con honestidad:

- ¿Tienes experiencia reciente?
- ¿Te sientes físicamente preparado?
- ¿Cómo es la meteorología prevista?
- ¿Conoces la vía o vas acompañado de alguien que la ha hecho?

Recuerda: A veces es más sabio esperar o elegir una ruta más sencilla que afrontar algo que te supere. Las liadas en la montaña no son agradables para nadie.

ALGUNAS COSAS QUE LA DIFICULTAD NO SIEMPRE CUENTA

Aunque el grado K es una buena referencia, hay factores que no siempre quedan reflejados en la escala:

Exposición psicológica: Una vía puede no ser técnica pero sí muy aérea, lo que afecta especialmente a personas con vértigo. Nosotros siempre tratamos de hablar del factor psicológico, que puede bloquear a algunas personas con un ataque de pánico. Cuando terminamos de describir este libro, corría la noticia de un rescate por ataque de pánico en la ferrata de los puentes de La Hermida.

Equipamiento: Vías con peldaños deteriorados, cables flojos o anclajes envejecidos pueden hacerse mucho más exigentes. Todas las que están planteadas en este libro se encontraban en perfectas condiciones en el momento de hacerlas.

Condiciones climáticas: La lluvia, el hielo, el viento o el calor extremo pueden convertir una vía sencilla en un recorrido comprometido.

Accesos y retornos: A veces el trayecto para llegar o regresar es más complicado que la propia ferrata. No son pocas las veces que volviendo al coche hemos dicho: «El K5 está aquí».

EN RESUMEN

Leer bien una vía ferrata antes de emprenderla es una forma de cuidarte y de cuidar a quienes te acompañan. Entender el grado de dificultad, el tipo de vía y lo que puedes esperar en ella te permite tomar decisiones con más conciencia y disfrutar más plenamente de la experiencia.

En la ferrata, como en muchas cosas en la montaña, no hay prisa. Lo importante no es cuántas vías has hecho, sino lo que has aprendido y disfrutado en cada una. Y si una ruta no es para ti hoy, lo será más adelante. La montaña siempre estará ahí.



MATERIAL NECESARIO PARA HACER VÍAS FERRATAS

Seguridad y consejos prácticos

Cuando te lanzas a una vía ferrata, más allá de las ganas y esa adrenalina que te pone los pelos de punta, necesitas preparar bien tu equipo. La seguridad —y la diversión— dependen en buena medida del material que llevas, de su calidad y de cómo lo utilizas. Para aclararlo, lo dividimos en tres categorías: kit básico, material específico y sistemas avanzados de seguridad y comunicación. Así, podrás entender qué es imprescindible, qué puede salvarte en vías más técnicas y qué no debería faltar para una experiencia segura y sin sustos.

KIT BÁSICO: LO IMPRESCINDIBLE PARA CUALQUIER FERRATA

Esta es la lista de materiales que debes meter en tu mochila siempre, sin excusas. Es el *must-have* para garantizar tu seguridad en cualquier vía, sea fácil o difícil.



Casco: Fundamental para proteger tu cabeza frente a posibles golpes o caída de piedras. Es importante que sea cómodo, ajustado y con buena ventilación. Recuerda que la protección de la cabeza nunca debe ser un elemento en el que escatimar. Hay que llevarlo puesto incluso antes de subirnos a la ferrata, al acercarnos a la pared, porque pueden caer piedras en cualquier momento. Nosotros, por ejemplo, tuvimos un pequeño desprendimiento antes de empezar la ferrata de La Hermida y mi casco se llevó una buena pedrada que me salvó de un mal rato...

Arnés: Esencial y clave para la seguridad. Debe ajustarse bien, ser resistente y tener puntos de anclaje fuertes. Revisa siempre que esté en perfectas condiciones antes de usarlo, y úsalo con confianza para disfrutar sin riesgos.

Disipador: Su función principal es absorber la caída en caso de resbalar o tener una caída accidental. Asegúrate de que esté en perfectas condiciones, limpio y que funcione correctamente. Los disipadores suelen venir con un mosquetón de seguridad automático en cada extremo, para facilitar la conexión rápida y segura.

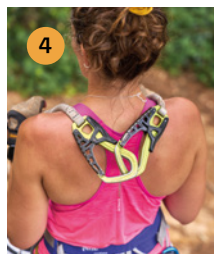
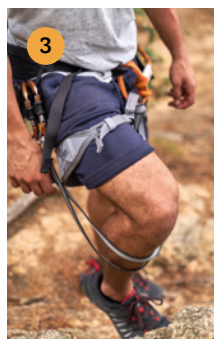
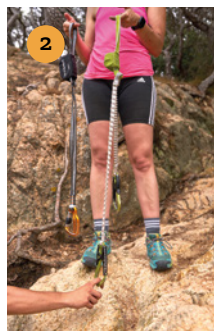
En cuanto a los modelos, cabe decir que hay varios tipos que, según el precio, van añadiendo funciones:

- El básico sería, por ejemplo, el modelo Camp de la figura, con las cintas rígidas y mosquetones que se abren con la pieza de plástico.



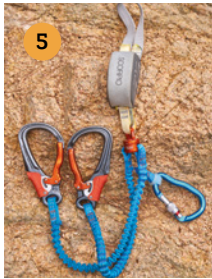
- Se puede añadir un poco de confort y utilidad con un modelo como este que tenemos de Edelrid (● 1), que tiene las cintas elásticas y los mosquetones automáticos con el cierre en la palma de la mano con un tamaño muy grande, es tremendamente cómodo y práctico. Que las cintas sean elásticas permite que sean más largas que el modelo de Camp (● 2), por ejemplo, cuando

se estiran, mientras que quedan más pegadas al cuerpo cuando vamos por las aproximaciones y no lo estamos usando. Que sea más largo puede ser determinante en algunas vías que te llevan al límite por su dificultad, y que se acorte puede evitar que nos enganchemos la rodilla en alguna bajada caminando (● 3), un accidente más habitual de lo que imaginas. Para evitarlo, los podemos llevar recogidos detrás de la cabeza como se ve en la figura (● 4).



- Por último, existe una modalidad con todos los extra, como el Scorpio de Petzl (● 5). Tiene las cintas elásticas, los mosquetones con cierre de mano —como el de Edelrid pero más pequeño y menos cómodo— y además este modelo añade un sistema de giro para desenroscar las cintas y un pequeño cabo de anclaje al que puedes añadir un mosquetón para hacer algún descanso (● 6). Es cierto que no estamos colgando so-

bre el dissipador, pero este aguanta 120 kg normalmente antes de que empiecen a saltar las costuras; si lo usamos para descansar, coger agua o hacer una foto, mientras apoyemos la mayoría de nuestro peso en los pies no hay problema. En cambio, no lo recomiendo tanto para quedarnos colgando en un desplome o meterle demasiado peso.

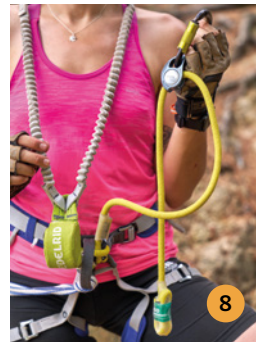


Por cierto, ¿sabes cómo funciona un dissipador? Tiene un montón de costuras perpendiculares que van saltando y descosiéndose como una cremallera en el caso de caída frenando poco a poco y suavizando el choque con el arnés y la cadera (● 7). En mi caída (suave) de Miraveche-Silanes, escuché cómo saltaban dos de esas costuras. Los dissipadores son de un solo uso, porque cuando se rompen las costuras no se pueden recomponer y dejan de amortiguar. Podemos recuperar los mosquetones, pero la cinta queda inservible.



Cabo de anclaje: Aunque el dissipador puede servir para anclarnos a la pared, a nosotros nos gusta llevar siempre un cabo de anclaje de longitud regulable para quedarnos colgados a gusto en caso de necesidad (● 8). Es muy útil para otras cosas, como, por ejemplo, alargar el dissipador en un puente que de repente tiene la línea de vida demasiado alta... Nunca sabes cuándo pueden surgir los imprevistos.

Aunque hemos añadido el cabo en esta parte del kit básico, realmente es un elemento prescindible en el caso de entrar en una ferrata corta y sin dificultad.



Guantes: Muy recomendables al agarrar grapas, cables o cordajes con buen tacto, además de protegerte de rozaduras y golpes con la infraestructura (● 9). Si solo se va a hacer una ferrata corta y fácil pueden ser prescindibles, pero en el momento en que la cosa se alarga y se complica pueden resultar determinantes. Nuestro primer viaje fue a La Hermida, solo llevamos unos aros de cinta para alargar el dissipador en el puente y los tres elementos imprescindibles (casco, arnés y dissipador). El primer día al atardecer hicimos la de La Hermida y el segundo El Milar y un intento a Peñarruscos (K6). Cuando bajamos de la Vía Ferrata de Peñarruscos teníamos las manos destro-

zadas, incluso dolor en los huesos de los dedos, entendimos la importancia de los guantes para jornadas intensivas en la pared. Los guantes deben ser cómodos y permitir cierta sensibilidad en los dedos. Es fundamental que las primeras falanges queden al aire para los tramos con agarres a roca. A nosotros el modelo de Decathlon nos parece perfecto: barato y práctico en extremo.



Zapatillas: Las zapatillas son tan importantes como el resto del equipo. Tienen que ser cómodas, con suela adherente y resistente y con la parte superior que aguante rozaduras y golpes tanto con paredes y hierros como con raíces y ramas durante la aproximación. A nosotros nos encantan las de Trail running de La Sportiva, como las Akasha o las Akira, que ofrecen gran adherencia, firmeza y comodidad. La suela es muy blanda y adherente, eso implica que se desgaste antes, pero es muy útil en los pasos en los que hay que progresar sobre la roca natural.



Este kit básico es suficiente para hacer casi cualquier ferrata de dificultad moderada o sencilla, con las medidas de seguridad imprescindibles y sin complicaciones técnicas adicionales.

MATERIAL ESPECÍFICO: PARA VÍAS MÁS TÉCNICAS O SITUACIONES ESPECIALES

Este grupo de materiales no es imprescindible en una ferrata básica, pero sí en vías con obstáculos más específicos, zonas de mayor dificultad o condiciones de emergencia.

Polea para tirolina: Para las tirolinas de cable de acero es necesario una polea *Doble Tandem Speed* para correr por el cable. A esta polea nos anclamos con un aro de cinta que debe ser corto, lo suficiente para que podamos alcanzar el cable y remar en el caso de no llegar o no ser capaces de agarrarnos al punto de aterrizaje (10-20 cm). En caso de no llegar al cable para remar, nos quedaremos colgando como unos chorizos esperando el rescate. Por otra parte, existe el caso de las tirolinas mal equilibradas, que literalmente nos estrellan contra la pared de destino. Cuando cruzamos una tirolina rápida y sin control, puede ser peligroso si no frenamos adecuadamente. Para esas situaciones, un mosquetón de freno de acero ayuda a gestionar mejor la velocidad y evitar impactos violentos o golpes contra la pared. Varios accidentes durante la producción de este libro en el Castillo del Águila de Gaucín o en Cágate Lorito

acabaron con sendos moratones, heridas y esguinces que avalan la necesidad de este sistema de frenado.



Mochila técnica: La mochila no es un elemento fundamental en las ferratas más sencillas, pero puede formar parte del equipo básico en el momento en el que la actividad se alarga y hay que llevar agua, o se complica y necesitas una cuerda por seguridad o para montar un rapel. La mochila debe ser ligera y ajustarse perfectamente a la espalda, con buenos agarres para la cintura y el pecho, para mantenerla siempre pegada al cuerpo, sobre todo en los desplomes, que te puede tirar hacia fuera. La distribución del peso es fundamental, hay que dejar los objetos más pesados en la parte inferior, pegados a la cadera.

Frontal: No son pocas las veces que se nos ha hecho de noche durante el descenso de alguna ferrata. También es cierto que nosotros solemos apurar la luz para hacer fotos al atardecer... Por eso el frontal se ha convertido en una pieza básica del equipo que nos acompaña a cualquier lugar: sin luz no podemos hacer nada... Además, hay varias ferratas en el libro que lo requieren, y muchas veces encontramos cuevas inesperadas como la de La Hermida o la de la Presa de los Caballeros.

Cuerda de apoyo: Llevar una cuerda de autorrescate o abandono puede salvarte en pasos complicados. Nosotros llevamos una cuerda de escalada de 60 m y 8,5 mm de diámetro. Sirve para montar un rapel de abandono o asegurar un paso técnico en el que da miedo una posible caída al cambiar el disipador. Nos ha servido también para rescates en tirolinas como la de El Bolón, donde Christel se quedó colgando como un chorizo por llevar el cabo de anclaje demasiado largo.

Sistema de rapel: En ferratas con tramos de descenso verticales o desplomados sin equipar, es imprescindible llevar una cuerda que cubra la longitud del tramo para montar un rapel seguro. Además de la cuerda, el equipo necesario sería un ocho, cesta o descensor, un mosquetón de seguridad y un sistema de autobloqueo por si hay que hacer una parada en medio del descenso o hay algún problema. Para el autobloqueo se pueden usar tanto un cordino de 7 mm para hacer un nudo machard como un pato (shunt) con un cordino de 3 mm para desbloquearlo en caso de parada. De esta manera tendremos una seguridad extra y, sobre todo, control en los momentos delicados.



SISTEMAS DE SEGURIDAD AVANZADA: TECNOLOGÍA Y COMUNICACIÓN

Lo primero tenemos que recomendar encarecidamente es que si te lanzas a la aventura de las ferratas, dispongas de un buen seguro. Puede ser uno específico para un día de actividad o darte de alta en la federación de montañismo (FEDME) para temporadas. Dentro de que las vías ferratas tienen un sistema de seguridad eficaz, es posible tener caídas, golpes, roturas y ataques de pánico... Estamos realizando una actividad de riesgo, muchas veces en lugares remotos, que pueden implicar el uso de helicópteros para realizar un rescate. Un buen seguro es más que recomendable y obligatorio en algunos casos, como en Cuenca o Alicante, por ejemplo.

Para garantizar la seguridad en vías largas, en zonas aisladas o en las que quieres tener un control extra, existen sistemas tecnológicos que son de utilidad:

Sistema In Reach de Garmin o similares: Un dispositivo GPS con función SOS vía satélite que permite pedir ayuda en caso de accidente, incluso sin cobertura de teléfono. Es muy recomendable en vías de cierta dificultad o en zonas remotas, donde una llamada convencional puede no llegar.

Relojes inteligentes con detección de caídas y SOS: Modelos como el Apple Watch Ultra conectado a un iPhone, a partir del modelo 15, detectan golpes fuertes, caídas o movimientos irregulares y envían la señal de socorro vía satélite. Determinante si estás en un lugar sin cobertura.

TU EQUIPO, TU MEJOR ALIADO

Al final, todos estos consejos se resumen en una cosa: tu equipo, bien preparado, en buen estado y usado con cabeza, será tu mejor aliado en la montaña. No escatimes en material, revisa todo antes de salir, y si tienes dudas o quieres ir más allá, busca formación. La seguridad, la responsabilidad y el disfrute son las tres patas que sostienen esta aventura fascinante que es hacer vías ferratas. Nosotros nos hemos lanzado a este mundo vertical después de muchos años de hacer montaña y escalada, después de aprender de la sabiduría de compañeros y algunos cursos con guías. Aun así, no dejamos de aprender después de cada día de aventura, la experiencia es un grado.

En caso de no contar con el conocimiento suficiente, aconsejamos contratar un guía local que dirija la actividad velando por nuestra seguridad y la de los compañeros de aventuras. Realizaremos la actividad con tranquilidad y además apoyaremos a la economía local.

Recuerda siempre que la montaña puede ser un paraíso, pero también un lugar donde un pequeño descuido puede convertirse en un problema grave. Tú decides cómo quieres vivir esa experiencia para ser parte de la solución, no del problema.

TÉCNICAS DE PROGRESIÓN EN VÍAS FERRATAS

O cómo no liarla colgado de una pared

Las vías ferratas son una mezcla entre senderismo con vistas y escalada con «ayudas». Te permiten subir paredes, cruzar puentes entre montañas y colgarte a metros del suelo sin ser un escalador profesional. Pero, ojo, que estén preparadas no significa que podamos ir en chancas y sin saber lo que hacemos. Como en casi todo en la montaña, lo mejor es saber cómo moverse... y hacerlo con cabeza.

Aquí te contamos lo básico para progresar en una vía ferrata sin acabar abrazado a una grapa como un koala.

LO PRIMERO: ¿QUÉ ES ESO DE «PROGRESAR»?

En este contexto, «progresar» significa moverse hacia delante, subir, cruzar o avanzar por la vía de forma segura y controlada. Lo harás gracias a los peldaños,

grapas, cables, cadenas y demás hierros amablemente puestos por gente que piensa que colgarse de una pared puede ser divertido. Y lo es, si sabes cómo.

REGLAS FUNDAMENTALES (¡GRÁBATELAS A FUEGO!)

Siempre siempre siempre atado al cable de vida

El cable que recorre toda la vía es tu línea de vida. Vas enganchado a él con el disipador. Si te resbalas o te fallan las fuerzas, será lo que evite que acabes con cara de susto y magullado. Así que, sin excusas: siempre enganchado.

Tres puntos de apoyo mínimo

Es la ley de oro de la progresión: tres puntos en contacto (dos pies y una mano, o dos manos y un pie), y el cuarto se mueve. Eso te da estabilidad y te evita