Accidentes de montaña: diferenciación, clasificación e impacto psicológico

António Brandão [1,2], Ricardo Fernandes [3], Carla Gonçalves [1,2]

1 Escola Superior Desporto e Lazer, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Rua Escola Industrial e Comercial de Nun'Álvares, 4900-347 Viana do Castelo
2 Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology (SPRINT), 4960-320 Melgaço, Portugal
3 Instituto Europeu de Estudos Superiores, Rua Universitária, 4820-509 - Medelo, Fafe

Resumen

Introducción: Las actividades deportivas de montaña implican exposición a situaciones de riesgo que pueden tener consecuencias físicas y psicológicas. Tradicionalmente, el análisis de la accidentalidad se ha centrado principalmente en las lesiones físicas, su localización y gravedad. Sin embargo, las consecuencias emocionales de los episodios críticos también merecen atención, especialmente cuando afectan al bienestar y a la continuidad de la actividad profesional.

Objetivo: Analizar, a partir de un caso individual, las posibles consecuencias psicológicas de un episodio crítico ocurrido durante una actividad de barranquismo y reflexionar

sobre la importancia de incorporar la dimensión emocional en el análisis y la gestión de estos acontecimientos.

Metodología: Se presenta un estudio de caso descriptivo de un guía de montaña con más de tres décadas de experiencia profesional que experimentó un episodio crítico en un barranco subterráneo. Se describen las circunstancias generales del acontecimiento y las repercusiones emocionales y profesionales referidas. Asimismo, se aborda la distinción conceptual entre incidente y accidente, considerando que su clasificación puede depender de los criterios y del sistema de notificación utilizados.

Resultados: Aunque el episodio no produjo lesiones físicas, el guía experimentó un importante impacto emocional, caracterizado por ansiedad intensa, sentimientos de culpa y pérdida de confianza, relacionados con la percepción de responsabilidad ante una posible tragedia. Estas repercusiones estuvieron asociadas a la interrupción de su actividad profesional durante varios años. El caso pone de manifiesto que la ausencia de lesiones físicas no implica necesariamente la ausencia de consecuencias relevantes para la salud y el desempeño profesional.

Conclusiones: Este caso ilustra la posible repercusión psicológica y profesional de los episodios críticos en actividades de montaña, incluso cuando no se producen lesiones físicas. Aunque los resultados de un único caso no permiten establecer relaciones causales ni generalizar sus consecuencias, sugieren la conveniencia de prestar mayor atención a la dimensión psicológica en la formación, la gestión de incidentes y accidentes, y el acompañamiento posterior a acontecimientos potencialmente traumáticos. Se necesitan investigaciones adicionales para comprender mejor estas consecuencias y orientar estrategias de apoyo adecuadas.

Palabras clave: accidentes psicológicos; deportes de montaña; medicina de montaña; emociones; prevención.

Mountain Accidents: Differentiation, Classification, and Psychological Impact

António Brandão [1,2], Ricardo Fernandes [3], Carla Gonçalves [1,2]

1 Escola Superior Desporto e Lazer, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Rua Escola Industrial e Comercial de Nun'Álvares, 4900-347 Viana do Castelo
2 Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology (SPRINT), 4960-320 Melgaço, Portugal

3 Instituto Europeu de Estudos Superiores, Rua Universitária, 4820-509 - Medelo, Fafe

Abstract

Introduction: Mountain sports involve exposure to hazardous situations that may have physical and psychological consequences. Traditionally, accident analysis has focused primarily on physical injuries, their location and severity. However, the emotional consequences of critical events also warrant attention, particularly when they affect well-being and the continuation of professional activity.

Objective: To analyse, through an individual case, the potential psychological consequences of a critical event during a canyoning activity and to reflect on the importance of incorporating the emotional dimension into the analysis and management of such events.

Methodology: A descriptive case study is presented involving a mountain guide with more than three decades of professional experience who experienced a critical event in an underground canyon. The general circumstances of the event and the reported emotional and professional repercussions are described. The conceptual distinction between an incident and

an accident is also addressed, acknowledging that classification may depend on the criteria and reporting system used.

Results: Although the event caused no physical injuries, the guide experienced a substantial emotional impact, characterised by intense anxiety, feelings of guilt and loss of confidence, related to a perceived responsibility for a potential tragedy. These repercussions were associated with a cessation of his professional activity for several years. The case highlights that the absence of physical injuries does not necessarily imply the absence of significant consequences for health and professional functioning.

Conclusions: This case illustrates the potential psychological and professional repercussions of critical events in mountain activities, even when no physical injuries occur. Although findings from a single case cannot establish causal relationships or be generalised, they suggest that greater attention should be paid to the psychological dimension in training, incident and accident management, and support following potentially traumatic events. Further research is

needed to better understand these consequences and inform appropriate support strategies.

Keywords: psychological accidents; mountain sports; mountain medicine; emotions; prevention.

XX CONGRESO NACIONAL DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA Y AUXILIO EM MONTAÑA

CENTRO DE ESQUÍ Y MONTAÑA MASELLA, ALP, LA CERDANYA

2, 3 Y 4 DE OCTUBRE DE 2026

SEMAM
Sociedad Española de Medicina y Auxilio en Montaña

ACCIDENTES DE MONTAÑA: DIFERENCIACIÓN, CLASIFICACIÓN Y IMPACTO

António Brandão[1,2], Ricardo Fernandes [3], Carla Gonçalves[1,2]

[1] Escola Superior Desporto e Lazer, Universidade Politécnica de Viana do Castelo, Rua Escola Industrial e Comercial de Nun'Álvares, 4900-347 Viana do Castelo;
[2] Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology (SPRINT), 4960-320 Melgaço, Portugal;
[3] Instituto Europeu de Estudos Superiores, Rua Universitária, 4820-509 - Medelo, Fafe.

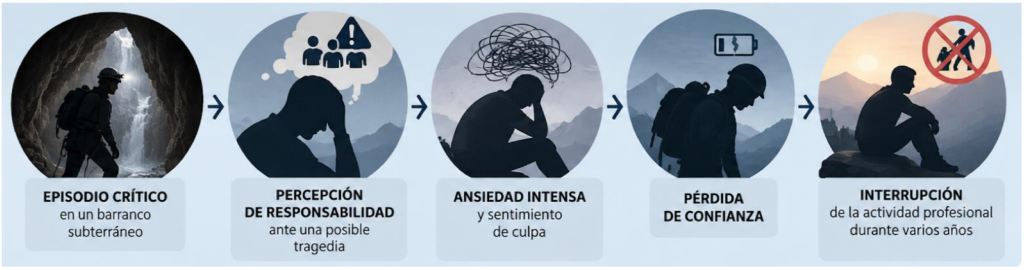
INTRODUCCIÓN

Los deportes de montaña implican una exposición constante al riesgo. Aunque los accidentes físicos han sido ampliamente estudiados, las consecuencias psicológicas y emocionales siguen siendo poco reconocidas, pese a su potencial impacto en la salud, la seguridad y la continuidad profesional.
Objetivo: destacar la importancia de reconocer e integrar la dimensión psicológica de los accidentes en los deportes de montaña.

MÉTODOS

Presentación y análisis de un caso de un guía de montaña con más de 30 años de experiencia, tras un episodio crítico ocurrido en un barranco subterráneo.
Se analizaron las **consecuencias emocionales y profesionales** posteriores al evento, en ausencia de lesiones físicas.

RESULTADOS



CONCLUSIONES

Los accidentes en montaña no deben definirse únicamente por sus consecuencias físicas.
Las secuelas psicológicas pueden ser incapacitantes, comprometiendo la toma de decisiones, la seguridad y la continuidad profesional.
La medicina de montaña debe integrar la prevención, reconocimiento y gestión de las consecuencias emocionales, incluyendo el apoyo post-accidente.



NO TODAS LAS LESIONES SON VISIBLES

unipvc
Universidade Politécnica de Viana do Castelo

INSTITUTO EUROPEU DE ESTUDOS SUPERIORES PORTUGAL

sprint Sport Physical activity and health Research & INovation center
Centro de investigação e inovação em desporto atividade física e saúde