

Refugio de emergencia con lona o poncho

Autor: EA4IPV

Fecha: 21/03/2026

Categoría: Refugio y Construcción

Etiquetas: Sin etiquetas

Refugio de emergencia con lona o poncho

En una situación de supervivencia, el refugio es la primera prioridad después de atender heridas graves. La exposición a los elementos —hipotermia, hipertermia, lluvia prolongada— mata más rápido que la falta de agua o alimento. Una simple lona de 3×3 metros o un poncho militar puede salvarte la vida si sabes cómo usarlo.

Principios fundamentales del refugio

Antes de construir, evalúa tres factores críticos:

Ubicación: Terreno elevado respecto al entorno inmediato, protegido del viento dominante, alejado de cauces secos (riesgo de crecida) y de árboles muertos que puedan caer.

Tamaño: Lo más pequeño posible que te permita entrar. Un espacio reducido retiene mejor el calor corporal.

Orientación: La entrada debe estar a 90° del viento dominante. Si es posible, oriéntala hacia el este para recibir el sol de la mañana.

Configuración A-Frame (tienda en A)

Es la configuración más versátil y rápida. Necesitas una lona, cuerda de al menos 3 metros y dos puntos de anclaje.

Ata la cuerda entre dos árboles a una altura de aproximadamente 1 metro del suelo.

Coloca la lona sobre la cuerda de modo que caiga en partes iguales a ambos lados.

Ancla los bordes inferiores con piedras, estacas improvisadas o troncos pesados.

Tensa la lona para evitar bolsas donde se acumule agua de lluvia.

Este refugio se monta en menos de 10 minutos y protege contra lluvia y viento moderado.

Configuración Lean-To (cobertizo inclinado)

Ideal cuando el viento sopla de una dirección constante o necesitas un lado abierto para una fogata.

Ata la cuerda entre dos árboles a 1-1.5 metros de altura.

Extiende la lona desde la cuerda hasta el suelo en ángulo de 45°.

Ancla el borde inferior al suelo firmemente.

Coloca la fogata a unos 2 metros del lado abierto para aprovechar el calor radiante.

Consejo clave: Si colocas un reflector de calor (pared de troncos apilados) detrás de la fogata, el calor se redirige hacia el interior del refugio, aumentando significativamente la temperatura percibida.

Configuración con poncho militar

El poncho militar estándar OTAN mide aproximadamente 1.5×2.1 metros. Sus ojales permiten montajes

rápidos:

Tienda individual: Usa la capucha como punto central superior (átala y ciérrala), extiende las esquinas con cordaje y estacas.

Dos ponchos unidos: Muchos ponchos militares tienen botones de presión en los bordes. Uniendo dos se obtiene una tienda A-Frame para dos personas.

Impermeabilización y drenaje

Cava una zanja de drenaje de 10-15 cm alrededor del refugio, con pendiente para alejar el agua.

Nunca toques las paredes internas de la lona cuando llueve: rompe la tensión superficial y el agua goteará.

La lona debe tener pendiente mínima de 30° para que el agua escurra correctamente.

Aislamiento del suelo

El suelo roba calor corporal hasta 25 veces más rápido que el aire a la misma temperatura. Coloca al menos 15 cm de material aislante entre tu cuerpo y el suelo: hojas secas, ramas de conífera, hierba o corteza.

Errores comunes

Error	Consecuencia	Solución
Refugio demasiado grande	No retiene calor corporal	Construir lo más pequeño posible

Sin aislamiento del sueloHipotermia por conducciónMínimo 15 cm de material aislante

Entrada contra el vientoViento enfría el interiorOrientar entrada a 90° del viento

Lona sin tensiónAcumulación de agua y colapsoTensor bien y verificar pendiente