

ÍNDICE



I. Técnicas de Progresión e Instalación

1. Técnicas de progresión horizontal
2. Técnicas de progresión vertical
3. Técnicas de instalación y equipamiento
4. Bibliografía

II. Prevención y Autosocorro

1. Introducción
2. Prevención de los accidentes
3. Accidentes más frecuentes
4. Conductas a seguir
5. Técnicas de autosocorro
6. Aviso de rescate. Espeleosocorro
7. Técnicas de fortuna
8. Bibliografía

III. Elementos básicos de Fisiología aplicados a la Espeleología

1. Fisiología del ejercicio, concepto
2. Anatomía de los sistemas que intervienen en el ejercicio
3. ¿Qué tipo de ejercicio es la Espeleología?
4. Elementos del perfil fisiológico
5. Bibliografía

IV. Elementos básicos de nutrición

1. Dieta Pre, Per y Postexploración
2. Metabolismo del agua
3. Bibliografía

V. El entrenamiento del espeleólogo

1. Entrenamiento adaptado a la Espeleología
2. Propuesta concreta de entrenamiento
3. Los estiramientos
4. Bibliografía

VI. Topografía

1. Definición y su aplicación a la Espeleología
2. Concepto de magnitudes y unidades
3. Concepto de medidas angulares
4. Conocimientos básicos de trigonometría
5. Concepto numérico de punto, línea, plano y volumen
6. Los instrumentos de medición
7. Metodología topográfica. Cuevas horizontales o verticales
8. La libreta de campo, su uso
9. El equipo de topógrafos, metodología de trabajo
10. Metodología de trabajo en el gabinete
11. Bibliografía

VII. Cartografía y Orientación

1. Orientación
2. Cartografía
3. Bibliografía

VIII. Historia de la Espeleología

1. Precursores de la Espeleología
2. La Espeleología del siglo XX en España
3. La evolución histórica de la técnica
4. Bibliografía

IX. La Federación Española de Espeleología.

1. La Federación Española de Espeleología
2. Sus fines y competencias
3. Marco legislativo en que se mueve la FEE
4. Marco organizativo en que se mueve la FEE
5. Estructura de la FEE
6. Órganos de la FEE
7. El Régimen disciplinario
8. Régimen económico
9. La Escuela Española de Espeleología
10. Disolución de la FEE
11. Actividades de la FEE
12. Bibliografía

X. Geología

1. Conceptos básicos de Geología
2. Deformación de los materiales terrestres
3. El karst: procesos y formas
4. Bibliografía

XI. Bioespeleología y Conservación de Cavidades

1. Biología: generalidades
2. Historia de la Bioespeleología
3. Clasificación del Medio Subterráneo
4. Características del Medio Subterráneo
5. Fauna Cavernícola
6. Flora Cavernícola
7. Hongos y Bacterias
8. Los Murciélagos
9. Ecología
10. Conservación de Cavidades
11. Apéndice
12. Bibliografía

XII. Presencia humana en las Cavidades

1. El Medio Cavernícola, su utilización y aprovechamiento
2. Legislación aplicada al área
3. Deterioro y Conservación de los Yacimientos Cavernícolas
4. Bibliografía

