

¿A perro viejo no hay quien le enseñe trucos nuevos?

Durante un curso de divemaster que impartía hace muchos años, un candidato escuchaba muy atento mi sermón acerca de ser un buen ejemplo a seguir y prestar especial atención a las reglas del buceo, especialmente cuando asumimos el papel de líder de buceo. Al final, el candidato me preguntó, “Jeff, ¿quién es tu compañero de inmersión cuando realizas inmersiones de instrucción?”

Sin pensar en la pregunta, dije que era muy afortunado porque todos mis estudiantes eran de hecho mis compañeros de inmersión. Añadí que tenía a muchas personas que me vigilaban por si me pasaba algo bajo el agua.

“Pero, ¿alguno de esos estudiantes puede de verdad ayudarte?”, me soltó.

Esta pregunta, aparentemente inocente, me sorprendió. Tuve que admitir que puede que ella tuviese razón con lo que implicaba: puede que sí que me encuentre solo en una situación así. Espero que los muchos años de formación y experiencia me hagan sacar algo positivo. Este nivel de seguridad en mí mismo es sano, pero también tengo cuidado de no convertirme en demasiado seguro de mí mismo con respecto a mi habilidad para manejar cualquier tipo de situación que pueda surgir debajo del agua.

El buceo es seguro, pero el agua puede ser un medio implacable. Aunque los buceadores de cualquier nivel y formación deben confiar en sus habilidades, también deben ser precavidos y no volverse confiados; el dicho “a perro viejo no hay quien le enseñe trucos nuevos” no debe entrar en el vocabulario de un buceador.

Una relación de compañeros

Una de las mejores cosas que tiene el buceo es su lado social, ya sea el compartir la propia inmersión o intercambiar historias de lo que viste durante la inmersión una vez de vuelta al barco. El contexto social del deporte es a menudo una de las principales razones por las cuales las personas aprenden a bucear en primer lugar. Una pareja de novios está deseando disfrutar del buceo en su luna de miel; los padres quieren compartir unas emocionantes vacaciones con sus hijos; dos amigos del instituto quieren compartir la aventura que el buceo les puede ofrecer.

El aspecto social de bucear con un compañero añade una red de seguridad: es otro par de ojos que te vigilan.

¿Cuál es tu filosofía del buceo?

Muy a menudo, el contacto entre los compañeros es de dos tipos: o bien los dos seguís la filosofía de “mismo océano, misma inmersión” (es decir, hacéis vuestras inmersiones de manera independiente), o caéis en la trampa de “voy a estar tan cerca de mi compañero que crearás que somos el mismo”. Ninguna de las dos ofrece la experiencia submarina más productiva.

El primer tipo de situación no funciona, porque si no estás cerca de tu compañero cuando él necesita algo, no puedes servirle de ayuda en una emergencia. La seguridad extra es muy valiosa.

Para cualquier tipo de inmersión que hagas, escoge a un compañero con un objetivo común. Ello asegura que los dos compartáis la misma visión de vuestra aventura, lo que os llevará a un mejor contacto durante

la inmersión. Por ejemplo, está muy bien que escojas a un compañero que comparta tu interés en fotografía submarina. Pero, ¿qué pasa si uno quiere sacar fotos macro mientras que el otro pretende hacer fotos de gran angular? Entonces puede que no formen el mejor equipo. Uno de ellos puede bucear sin rumbo alrededor de un área pequeña del arrecife esperando a que algún pequeño bicho se asome, mientras que el otro puede que prefiera nadar a lo largo de una gran extensión de la zona de buceo buscando grandes pelágicos.

La segunda técnica, basada en la proximidad, no es mucho mejor. Cuando están demasiado cerca, los buceadores pueden enredarse, o a veces, llegar a complicaciones mayores: sin querer, le sacas la mascarilla a tu compañero, este comienza a flotar más al intentar volverse a poner la mascarilla, traga un poco de agua, y el pánico comienza a invadirle. En vez de haber sido la medida de seguridad extra que supone un compañero de inmersión, te has convertido en la génesis de un problema.

Los compañeros deberían ponerse de acuerdo sobre las técnicas para mantenerse juntos, pero no tan juntos que se conviertan en un peligro el uno para el otro. Plantéate el acordar quién va a guiar la inmersión y quién le seguirá, y quizás la distancia aproximada a la que os mantendréis el uno del otro bajo el agua: el buceador que siga permanecerá justo detrás del hombro izquierdo del buceador guía, por ejemplo. De esta manera, el buceador guía sabe que tiene que mirar hacia la izquierda para buscar al compañero que va detrás o para llamar su atención.

Sé sincero contigo mismo

No des por hecho que tu compañero siempre va a estar ahí para ti. Practica técnicas de auto-rescate y ponlas a punto en un entorno controlado de un programa de actualización, de un curso de formación continua o practícalas regularmente en una piscina. Esto no sólo te ayudará a prevenir un pequeño problema, sino que te servirá para evitar una gran emergencia.

Practica técnicas de limpieza de mascarilla. Esto se considera a menudo la técnica más difícil de dominar durante la formación en buceo, comenzando con la inundación parcial y siguiendo con la inundación total para quitarse la mascarilla y volver a ponérsela. Incluso si no te quitas la mascarilla en ningún momento, hay bastantes posibilidades de que te entre un poco de agua durante la inmersión. Realizar esta práctica sin problemas te será muy útil.

Considera cómo tratarás los cambios bruscos de tu flotabilidad, por ejemplo, si tu inflador automático se queda atascado en la posición de inflado. Simplemente si desconectas el mecanismo debería parar el inflado continuo de tu chaleco de flotabilidad, pero si lo haces, luego tendrás que arreglártelas al no poder inflarlo automáticamente. Practica desconectando tu inflador y luego inflando tu chaleco de flotabilidad oralmente mientras estás debajo del agua. Recuerda que aunque esto no es necesariamente una situación con riesgo de muerte, podría ser el catalizador de otros problemas.

Si tal situación se presenta, entonces debes abortar la inmersión inmediatamente y volver hacia la superficie lentamente, siguiendo todos los procedimientos de ascensión normales, incluida la parada de seguridad.

Practica las diferentes técnicas

Durante el auto rescate puede que te de un calambre en la pierna, ya que es algo bastante habitual. Si estiras y frota la zona te aliviará el dolor. Cuando estés tratando el calambre también deberás prestar atención a tu flotabilidad. En tu apuro por recuperarte del calambre podrías comenzar a descender o ascender demasiado rápido o incluso de manera incontrolada sin darte cuenta.

Practica estirar tu pierna mientras mantienes tu posición relativa en el agua. Si practicas en una piscina, escoge un punto en un lado y concéntrate en él mientras tratas el calambre. Al mismo tiempo, concéntrate en mantener un ritmo constante de respiración, ya que te puede ayudar para el control de la flotabilidad.

Es importante que practiques técnicas de rescate con tu compañero preferido también para que así vosotros dos estéis más preparados para responder de manera eficaz y apropiada a cualquier emergencia que pueda ocurrir mientras buceáis juntos.

Revisa técnicas diferentes con tu compañero de manera periódica. Durante los cursos de iniciación aprendes a dominar técnicas como la respiración por parejas con un solo regulador, pero aquí se aplica el dicho "si no lo usas, lo pierdes". La práctica de estas técnicas durante los cursos de formación te permite adquirir formación específica sobre las técnicas adecuadas, pero con el paso del tiempo, tus habilidades comienzan a oxidarse.

Las circunstancias que hacen que tengas que compartir aire (que alguien se haya quedado sin él) incrementan tu nivel de estrés. Realizar esta técnica en el punto más álgido es muy diferente a realizarla en sesiones de entrenamiento en un lugar controlado. Si pasas tiempo refrescando las técnicas con tu compañero, aumentará tu competencia y confianza para realizarlas.

El informe DAN sobre la enfermedad de descompresión, víctimas de buceo y exploración de proyectos de buceo dice que "el buceador accidentado medio no ha sido certificado recientemente". Mientras que el 46% de los buceadores accidentados tenía 5 o menos años de experiencia desde la certificación, el 20% tenía entre 5 y 50 años de experiencia desde la certificación, y el 34% más de 10 años de experiencia desde la certificación. Esto lleva a pensar que, en general, la experiencia de aquellos representados en este informe de accidentados se calculó desde el año que se certificaron. Cuando consideramos experiencia de buceo reciente, sin embargo, los datos señalan a aquellos que tienen sus habilidades un poco oxidadas. El informe también indica que el 40% de los hombres accidentados y el 50% de las mujeres accidentadas habían realizado menos de 20 inmersiones en los últimos 12 meses.

Ningún buceador se divierte sacándose y poniéndose la mascarilla, sobre todo en aguas frías, pero eso es exactamente lo que los buceadores deberían practicar antes de que ocurra sin previo aviso. Mientras que los buceadores profesionales cargan con la responsabilidad de cuidar de otros buceadores, los compañeros de buceo se responsabilizan el uno del otro. En ambos casos, tener la habilidad y la confianza para responder al otro y a uno mismo aseguraría que la inmersión comenzase y acabase con buen pie.

Incluso los buceadores profesionales deberían practicar las mismas técnicas que enseñan a otros. Eso incluye recordar que hay que bucear con un compañero.