

Equaleasy - Flotabilidad y compensación

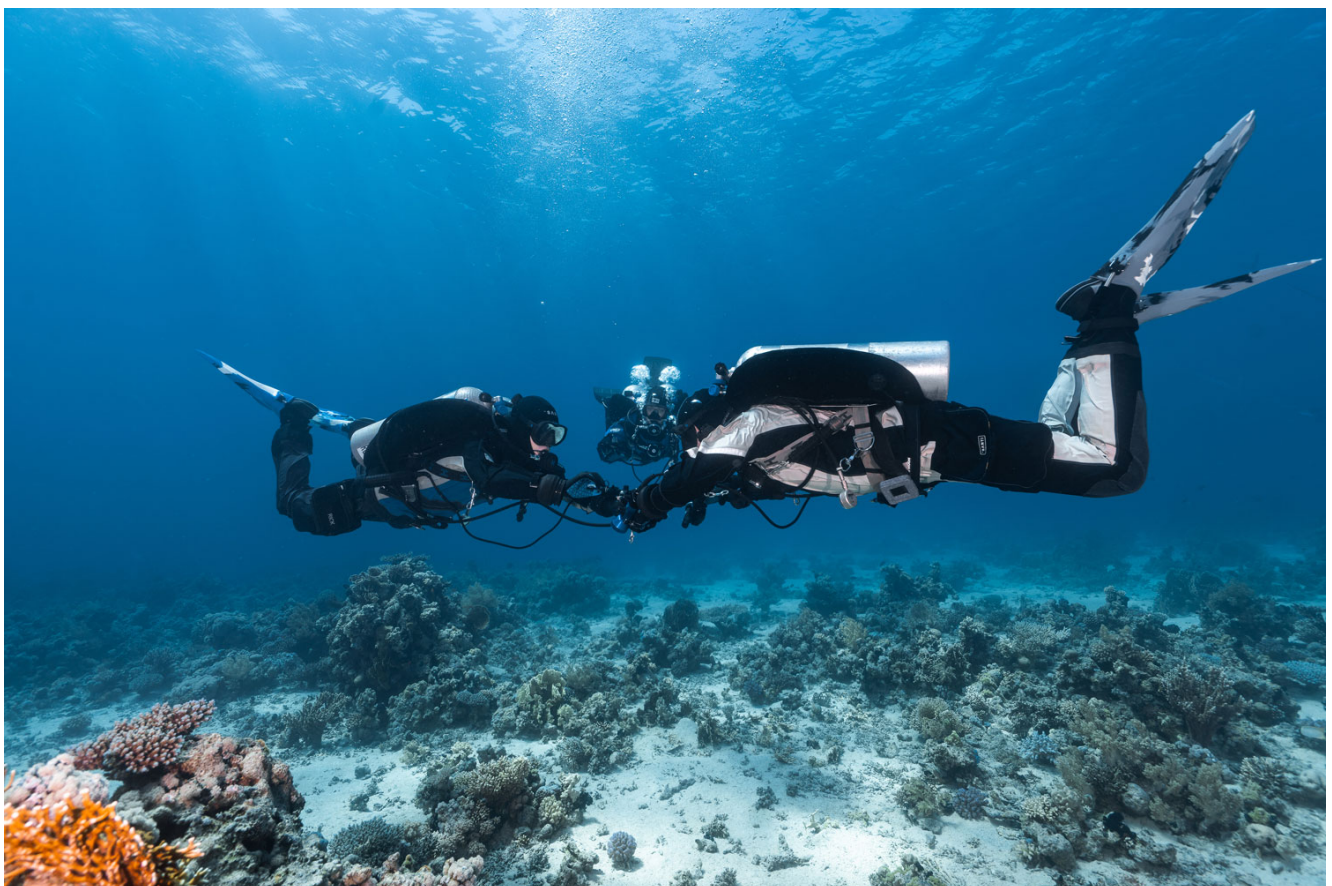
¿Cuántas veces nos han avisado nuestros oídos de que estábamos descendiendo?

A menudo es el oído, la parte de nuestra anatomía más sensible al aumento de la presión, la que nos avisa de un descenso imprevisto. No es sorprendente que también sea una de las víctimas más frecuentes de un mal control de la flotabilidad.

Una técnica fundamental.

El control de la flotabilidad es esencial para la comodidad y la seguridad de la inmersión. Nunca dejaremos de repetir este hecho. Un mal control de la flotabilidad aumenta el consumo de aire pero, lo más importante, es que afecta al control de la velocidad vertical del buceador. Y empieza con el lastre: un buceador lastrado en exceso, tiene que insuflar más aire en su chaleco (BCD), lo que amplifica el efecto de los cambios de presión en profundidad. Un traje seco se comporta de la misma manera. Un cambio rápido de volumen en un traje seco o un chaleco puede provocar ascensos o descensos rápidos, no deseados.

Los buceadores que tienen sobrepeso y no lo compensan añadiendo gas adicional en sus chalecos, muestran un ajuste muy típico: una posición erguida, con las aletas hacia abajo. Para no hundirse, estos buceadores se ven obligados a aletear continuamente, poniendo en peligro el fondo marino y provocando posiblemente la pérdida de visibilidad si remueven el fondo. Por otro lado, los buceadores que no llevan suficiente lastre o tienen demasiado aire en su chaleco, suelen estar en posición cabeza abajo. A un buceador inexperto le resultará difícil alcanzar la válvula de vaciado situada en la parte inferior trasera del chaleco. En un traje seco, la posición con la cabeza hacia abajo hace que el aire quede atrapado en los pies, lo que requiere medidas de emergencia.



Un accidente de buceo frecuente.

Las consecuencias más peligrosas de un mal control de la flotabilidad son un ascenso rápido o saltarse una parada de descompresión. Estos errores pueden llevar a un buceador directamente a la cámara hiperbárica. El riesgo de barotrauma puede parecer pequeño comparado con el riesgo de enfermedad por descompresión (ED). Sin embargo, las cifras cuentan una historia diferente. La lesión de buceo más frecuente es el barotrauma, no la ED. La falta de un control adecuado de la flotabilidad es un factor importante en muchos casos de barotrauma.

Sin embargo, un buceador no necesita precipitarse al abismo o salir disparado a la superficie, para lesionarse. Los cambios de profundidad repetitivos y repentinos pueden dañar fácilmente los oídos. Los instructores que suben y bajan a los alumnos durante el curso, a menudo ayudándoles con ambas manos y sin centrarse en su propia flotabilidad, son un ejemplo. Los instructores a veces no igualan con la frecuencia adecuada, lo que puede provocar barotraumatismos. Por desgracia, muchos desconocen la técnica de ecualización con manos libres, que se describe en el [curso EqualEasy](#). Sea cual sea la causa, cualquier descenso descontrolado estresa nuestros oídos.

Cómo salvar los oídos.

Volvamos a nuestras lecciones del entrenamiento en aguas abiertas: mientras mantiene una respiración normal y con el chaleco vacío, un buceador en configuración recreativa debe flotar a la altura de los ojos. Es un método que funciona con razonable fiabilidad. Ten cuidado con el viejo dicho: "más vale un kilo de más que un kilo de menos". Ser demasiado generoso con los kilos de más conlleva sus propios peligros.

Una vez sumergidos, los buceadores deben confiar principalmente en su chaleco, y después en la [regulación del volumen pulmonar](#) durante el ciclo respiratorio, para mantener una flotabilidad adecuada. Por el contrario, un uso frenético y exclusivo del chaleco pronto convertiría al buceador en un yoyó. En cuanto al manejo de la compensación, es mejor prevenir que paliar; es decir, si sabemos que vamos a ascender, es mejor desinflar un poco el chaleco antes del ascenso. Si sabemos que tenemos que descender, debemos evitar liberar demasiado gas, sobre todo si ya estamos en profundidad. Además, durante la inmersión, es bueno comprobar la posición de nuestras piernas y cabeza; su posición no sólo nos indica lo que ocurre con nuestro trimado, sino también con nuestra flotabilidad.

Para saber más:

- [El trimado](#)
- [Respiración & Control de la flotabilidad: Para, Respira, Piensa y luego, actúa](#)

Sobre el autor

Miembro de DAN desde 1997, Claudio Di Manao es Instructor de buceo afiliado a PADI y a IANTD. Es autor de una serie de libros y novelas sobre buceo, incluyendo Shamandura Generation, un retrato emocionante de la comunidad de buceo en Sharm el Sheik. Colaborador habitual en revistas, radios y periódicos, hablando y escribiendo sobre la seguridad en el buceo, la vida marina y viajes.

Acerca del traductor

Ramon Verdaguer es ingeniero industrial, diplomado en medicina hiperbárica y subacuática, examinador y Trainer de Instructores de buceo y buceador comercial.