

# Equaleasy - Las capuchas de neopreno y la compensación

Perdemos calor principalmente por la cabeza. Todos nosotros. Incluso los que no utilizan la cabeza, pierden calor por la parte superior. De hecho, esta pérdida de energía calorífica se debe a la circulación sanguínea y no a la actividad cerebral. El propósito de una capucha de buceo es ayudar a retener el calor corporal. Por desgracia, es el único elemento de nuestro equipo de buceo que puede interferir directamente en la compensación de los oídos.

Las capuchas no son especialmente queridas por los buceadores. Esta observación es ampliamente evidenciada con todo el abuso que los buceadores les infligimos. Las agujereamos, les pegamos orejas de Mickey Mouse, de gato y de conejo. Por no hablar de los cuernos de diablo y de vikingo. Yo perforé la capucha que se integraba en mi traje semisecco con perverso deleite, y le hice unos cuantos agujeros. Lo hice con un taladro. ¡Eso es algo que nunca nos atreveríamos a hacer a nuestro chaleco hidrostático (BCD)!

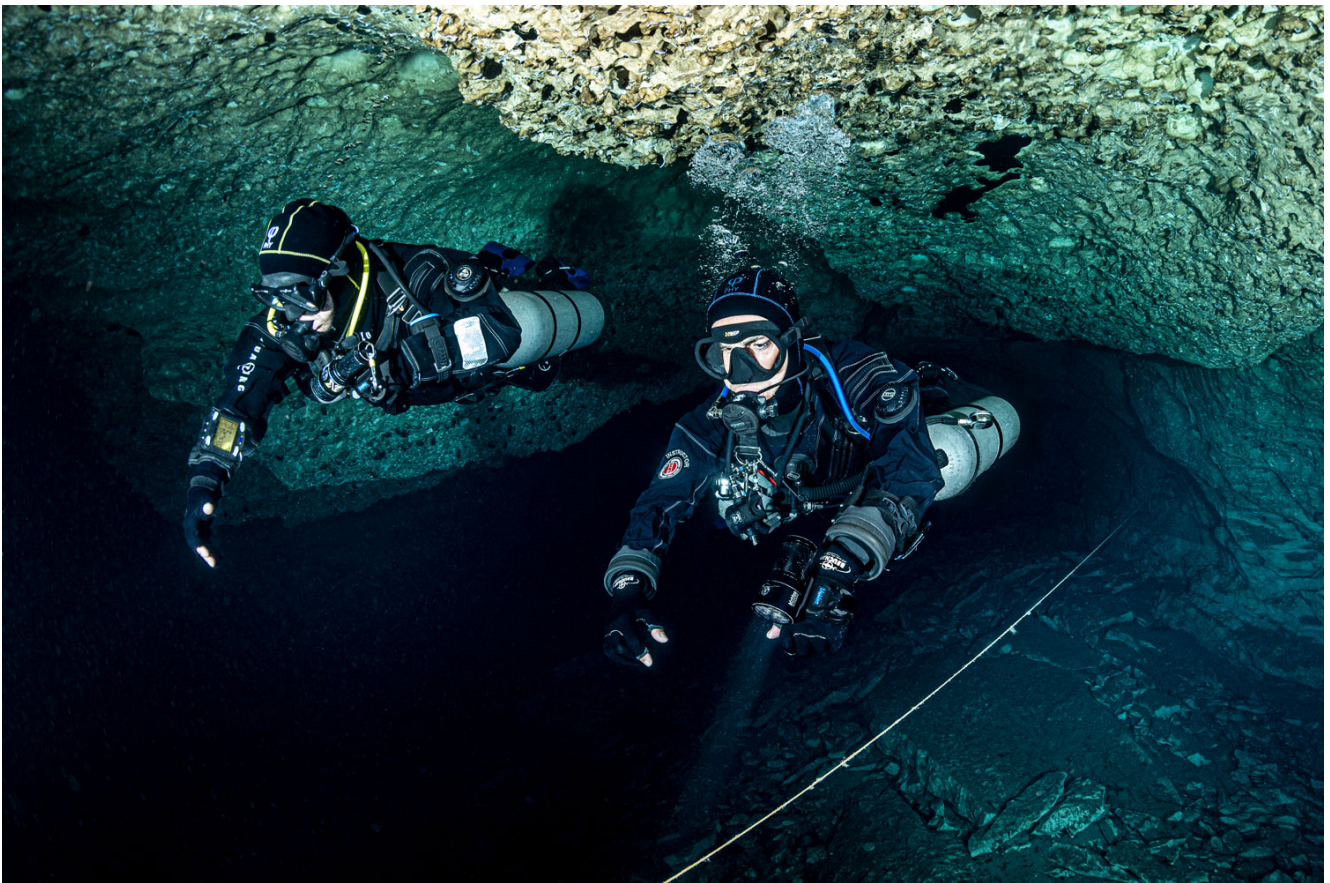
Nuestra aversión a las capuchas de buceo se debe a comportamientos extraños: los de la capucha, no los nuestros. Todas las capuchas de buceo fabricadas en la tierra buscan atrapar el aire y colarse por debajo de los faldones de las máscaras. Mientras se llevan los guantes (ocurre muy a menudo con los que llevamos capucha), es difícil evitar la extraña migración de la correa de la máscara, y más difícil es quitar esa maldita pequeña porción de neopreno atrapada bajo el faldón de la máscara y que causa una fuga...

Aunque somos muy conscientes de estas molestias (no queremos parecer Marge Simpson y no queremos reajustar la correa de la máscara cada cinco minutos), los buceadores suelen ignorar la característica más preocupante de las capuchas: su tendencia a fastidiar nuestros oídos.



## Conoce a tu querido enemigo

Las capuchas pueden ser una de las causas más insidiosas de barotraumatismo. Cuando buceamos, el canal auditivo se inunda de agua, la cual ejerce una presión directa sobre el oído externo. Cuando una capucha aprieta demasiado, puede bloquear o reducir significativamente el flujo de agua hacia el canal auditivo. En el peor de los casos, la capucha se ajusta perfectamente al pabellón auricular y se comporta como una ventosa durante el descenso. Al principio del descenso, el buceador puede no notar el problema de entrada. Ambos oídos parecen compensarse perfectamente. Sin embargo, se forma un vacío en uno de los conductos auditivos, lo que hace que el tímpano se combe hacia fuera. Este suceso (muy similar al efecto ventosa de una máscara), si no se detecta a tiempo, podría dañar los tejidos del conducto auditivo y el tímpano.



## Cómo evitarlo.

Una capucha de buceo debe ajustarse suavemente, como un guante. El agua debe llegar al canal auditivo y el aire debe escapar. Un truco probado es introducir un dedo en la capucha, apuntando a la oreja. Esto ayudará a que el aire salga y permita la entrada de agua. Otro truco: si eres una de esas personas a las que les gusta tunear las capuchas de buceo, puedes perforarla con varios agujeros, en la zona dónde la capucha se une a las orejas, y luego cubrir la zona con una capa de tejido permeable. Esto ayudará a la circulación del agua en el canal auditivo, a la vez que evitará que chapotee y le haga sentir frío en toda la cabeza. Por extraño que parezca, la mayoría de los buceadores sólo perforan la parte superior de la capucha, la zona menos estratégica. Por supuesto, hay errores mucho peores que se pueden cometer. En un foro, leí una vez una pregunta de un buceador que preguntaba si sus "habituales" problemas de compensación al bucear con capucha podían evitarse utilizando tapones para los oídos. ¡Sentí escalofríos recorriéndome la espalda! Las respuestas reflejaban el mismo horror y alarma que yo sentía y escritas en mayúsculas: los tapones para los oídos, con la profundidad, se convierten en balas que apuntan

directamente a los tímpanos. Sí, lo sé, ya lo sabes. Pero lo diré de todos modos, por si acaso. Alguien más podría necesitar el recordatorio.

Lamentablemente para los buceadores de aguas frías, es poco probable que las capuchas secas con válvula e inflador de baja presión lleguen a ser una realidad. Tampoco las máscaras integrales resolverán nuestro problema. Aceptemos el hecho de que, en un futuro previsible, el agua fría entrará en nuestra capucha. Tiene que hacerlo. ¿La buena noticia? Las capuchas con calefacción eléctrica ya están en el mercado.

#### **Para saber más:**

- [Barotraumatismo en el oído tras una inmersión local en un lago](#)
- [Diario en un caso de Barotrauma del Oído Interno](#)
- [Oídos y buceo](#)

---

### **Recursos adicionales:**

¿Deseas aumentar tu conciencia y tu nivel de conocimientos en materia de compensación? DAN Europe te ayuda. El campeón italiano de apnea "Sin Límites", Andrea Zuccari, se ha asociado con DAN Europe, para crear el Curso de Compensación Fácil, Equaleasy, diseñado para que puedas controlar tu compensación y que te proporciona tres niveles de certificación, dependiendo de tu interés y calificaciones: Alumno de Compensación, Instructor o Formador de Instructores. Obtén más información sobre el curso aquí: [Curso de Compensación Fácil](#).

---

### **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.