La atención a los detalles

Estaba pasando unos días en México, asistiendo a un curso de aprendizaje, cuando me encontré con un antiguo amigo de Ohio. Hacía más de 25 años que no hablaba con él, pero enseguida me di cuenta de que seguía sintiendo la misma pasión por bucear en cuevas subacuáticas.

Me estuvo explicando unas inmersiones que había realizado en Cozumel, y saltaba a la vista que había disfrutado mucho. También me explicó que era miembro de las juntas directivas de la National Speleological Society (NSS) (la Sociedad de Espeleología de los Estados Unidos) y la sección de buceo en cuevas de la asociación, y que, aun dedicando parte de su tiempo a estas entidades sin ánimo de lucro, él y su mujer continuaban encontrando oportunidades para explorar cuevas secas y acuáticas.

Aunque poseo el título de buceador en cuevas desde principios de los 80, no tengo ni de lejos la experiencia con que cuentan mi amigo y el resto de personas que gustan de adentrarse en este peculiar y potencialmente peligroso mundo subterráneo. Sigo creyendo que la espeleología submarina requiere aprendizaje, práctica, confianza y conocimientos para adquirir familiaridad con el equipo, el compañero de buceo y uno mismo. Y un requisito adicional: disponer de un título específico, porque no es una actividad para principiantes.

Para practicar esta disciplina es importante fijarse en los detalles de la inmersión y saber reconocer cualquier molestia surgida en su transcurso, sabiendo que puede complicarse y acabar causando problemas más tarde. Los buceadores recreativos son también responsables de sus compañeros y de sí mismos, por lo que deben esforzarse por mantener sus aptitudes, seguir aprendiendo, adquirir más experiencia y ganar confianza con respecto a su capacidad como buzos. Otra tarea igual de importante es prestar atención a los detalles y detectar rápidamente posibles dificultades antes, durante y después de la inmersión. De este modo, los accidentes y las lesiones son mucho menos probables.

Los detalles de la inmersión

El buceo recreativo se disfruta mucho más cuando se practica con otra persona. El compañerismo en el buceo no se limita a preparar juntos la inmersión, saltar al mar y pasar un rato bajo el agua. Es importante recordar que formamos parte de un equipo y que, además de disfrutar el buceo, debemos poner de nuestra parte para intentar que la inmersión sea lo más segura posible.

Mucho antes de zambullirse en el agua y, de nuevo, antes de descender, los buceadores en cuevas comprueban más de una vez su equipo y el de su compañero. Aunque el buceo recreativo obliga a desplazarse manteniendo siempre un acceso directo a la superficie, es preciso tomarse el tiempo que haga falta para garantizar que tanto nuestro equipo como el de nuestro compañero están listos para la inmersión.

Antes, durante y después

Antes de la inmersión, debemos fijarnos especialmente en las cosas que damos por hechas o en aquellas con las que nos sentimos especialmente familiarizados. Para poder echarse al agua con tranquilidad, piense en cualquier cambio que haya hecho en su equipo, hasta el más sencillo de los ajustes. Y no crea que, sólo porque realice con frecuencia estas correcciones en el equipo, su compañero sabrá que las ha hecho y será capaz de actuar del modo adecuado si surge un problema durante la inmersión.

Ya en el agua, los buceadores deberían realizar una última comprobación mental de todos sus sistemas, entre ellos sus ordenadores de buceo, y verificar que todo está correcto con su compañero antes de empezar el descenso. Es también importante estar atento a las modificaciones ambientales que puedan

afectar a la dinámica de la inmersión. Algunos buceadores creen que, una vez han finalizado el descenso, ya están preparados para empezar a bucear, pero un cambio en el entorno puede dificultarla en poco tiempo.

Las corrientes, las condiciones climáticas o la visibilidad tienen efectos directos sobre la inmersión. Todos estos factores pueden hacer que una inmersión relativamente tranquila se convierta en una experiencia un poco más complicada para la cual tanto usted como su compañero tal vez no dispongan de los equipos apropiados.

También es necesario prestar atención a los detalles cuando el equipo de buceo ya está seco y recogido: piense en cómo se siente después de la inmersión y hable con su compañero para conocer sus sensaciones.

Si tiene alguna molestia o no se encuentra del todo bien, explíqueselo a su compañero, sin exagerar las cosas. Recuerde siempre que los accidentes de buceo son poco frecuentes, pero que esta vez podría tocarle a usted. Por eso no debe sentirse culpable si sufre algún problema.

Un reconocimiento rápido

Muchos buceadores no conocen bien cuáles son los síntomas de un accidente disbárico (AD). A menudo los pasan por alto o les quitan importancia; en otras ocasiones, no los consideran motivos de preocupación o no los relacionan con las inmersiones. Todo ello puede hacer que se retrase el tratamiento. Todos los buceadores deberían conocer los síntomas más habituales del AD: alteración de la sensibilidad cutánea, entumecimiento y hormigueo, dolor, mareos y vértigo y dificultad para caminar. Además, también deberían saber cómo actuar ante estos síntomas. La primera llamada debe hacerla a la línea telefónica para emergencias de buceo de DAN, que funciona las 24 horas del día y todos los días del año. Le atenderá un sanitario de DAN, que responderá a sus preguntas, le dará los consejos pertinentes y le ayudará a encontrar la asistencia médica que necesita.

También puede realizar cursos de aprendizaje organizados por DAN para comprender mejor cómo reaccionar ante un accidente de buceo.

Evaluación de lesiones

En el curso Examen neurológico in situ para buceadores, por ejemplo, se explica cómo recabar los datos básicos sobre un accidente de buceo que pueda haber causado un déficit neurológico (esto es lo que ocurre en cerca de dos terceras partes de los casos de AD). En el curso también se detalla la información que debe transmitirse a los servicios y médicos de urgencias. La información obtenida en un examen neurológico in situ puede ayudar al especialista en medicina hiperbárica a determinar la gravedad de la lesión y a conocer su evolución desde que se ha producido el accidente hasta que se ha brindado la asistencia definitiva. Además, con este examen el buceador toma conciencia de la necesidad del tratamiento urgente con oxigenoterapia y de la evaluación adicional que debe llevar a cabo un médico.

Aprender de los errores

Después de una inmersión, quienes practican espeleología subacuática conversan largo rato sobre lo bien que lo han pasado, pero también dedican buena parte del tiempo a hablar sobre los imprevistos surgidos, para poder prevenirlos en la siguiente ocasión. Los buceadores recreativos deberían adoptar la misma actitud y repasar con sus compañeros las cosas que no han sucedido según lo previsto. Suele ocurrir que, al ponerse a recordar todas las cosas increíbles que han visto bajo el agua, se olvidan de hablar de todo lo que puede mejorarse. Puede tratarse algo tan simple como no arrastrar las válvulas por un arrecife, porque este detalle que puede parecer trivial es peligroso tanto para el arrecife como para el buceador. Cuando haya finalizado la inmersión, charle con su compañero sobre cómo conseguir que la próxima

inmersión sea todavía mejor. Recuerde las tres comprobaciones: yo, mi equipo y mi compañero.