

# Teoría sobre la Práctica de los Ascensos de Emergencia: Gestión de los Riesgos

Un ascenso de emergencia es la respuesta como último recurso a un evento adverso o a una amenaza percibida durante una inmersión. Los buceadores están entrenados en procedimientos estándar de ascensos de emergencia que, cuando se realizan con éxito, ayudan a disminuir el peligro. Sin embargo, pocas personas practican estas habilidades, y cuando, en una situación de crisis, un buceador se ve obligado a realizarlas, existe el riesgo de sufrir lesiones graves o incluso la muerte.

## Las Estadísticas

En un análisis reciente, de 964 víctimas mortales en buceo, se encontró que los ascensos de emergencia suponían el 30 por ciento de los casos; 288 para ser exactos. En 189 de estos ascensos de emergencia, tuvo lugar un ascenso rápido (más de 18 metros por minuto). En el 10 por ciento de los ascensos de emergencia, los buceadores intentaron alcanzar la superficie en apnea, sin utilizar ningún suministro de gas respirable. El procedimiento de compartir aire con el compañero fue utilizado en un 8 por ciento de los ascensos de emergencia fatales. En los casos restantes, no se ha especificaba el modo de ascenso.

La causa más frecuente en un ascenso de emergencia, es quedarse sin gas respirable durante la inmersión, una causa totalmente evitable. Para más información sobre este tema, ver [Dive Safety: It's No Accident](#) (*AlertDiver.eu, 2014; 52*)

La causa más común de mortalidad en los ascensos de emergencia fatales, es el embolismo arterial gaseoso (EAG), que representa el 54 por ciento de los casos, seguido por el ahogamiento en un 18 por ciento, los episodios cardíacos agudos en un 7 por ciento y la enfermedad por descompresión en un 5 por ciento. El EAG es una situación médica grave similar a una apoplejía, con la aparición repentina de debilidad y pérdida del conocimiento y que ocurre generalmente dentro de los primeros minutos después de regresar a la superficie. A menudo provoca la inconsciencia del buceador antes de que salga del agua o poco después.

## Gestión de los Riesgos

Como buceadores, todos aprendemos a no aguantar nunca la respiración bajo el agua. Por desgracia, en una situación de emergencia, los buceadores a menudo olvidan esta información y por qué es importante. Cuando el buceador asciende, disminuye la presión del entorno y el aire en sus pulmones se expande. Si el buceador está respirando normalmente, esto no es un problema ya que el gas en expansión se escapa con cada aliento exhalado. El peligro viene cuando el ascenso es demasiado rápido para que este gas en expansión escape o cuando un buceador contiene la respiración durante el ascenso. El gas en expansión tiene que ir a alguna parte, y puede perforar literalmente los pulmones del buceador, difundiéndose en el cuerpo. Las lesiones por hiperpresión intratorácica incluyen enfisema mediastínico (aire entre los pulmones), enfisema subcutáneo (aire debajo de la piel) y neumotórax (colapso pulmonar). Pero el mayor problema se produce cuando un escape de gas se introduce en la circulación arterial. En ese punto, no hay nada que le impida llegar directamente al cerebro, formando un émbolo y bloqueando el riego sanguíneo.

Durante la crisis de un ascenso de emergencia, los buceadores pueden olvidar su formación o tener miedo de exhalar por temor a quedarse sin aire antes de llegar a la superficie. Cuando se asciende desde profundidades de buceo recreativo, el aire que se expande en los pulmones de un buceador suele ser más que suficiente para mantenerlo con vida. En muy raras ocasiones un buceador se ahoga antes de llegar a la superficie.

## Recuerda tu Entrenamiento

Así que, ¿cómo manejar los ascensos de emergencia y el riesgo de una lesión? En primer lugar, como en cualquier emergencia de buceo, la mejor manera de lidiar con ello, es evitarlo. Mantén tu formación actualizada y practica. Planifica cada inmersión con cuidado y regresa a la superficie con un suministro de reserva de aire. Sigue tu plan. Y, por supuesto, recuerda que debes controlar tu reserva de gas con frecuencia.

Digamos que lo has hecho todo bien, pero todavía tienes que afrontar una situación que requiere un ascenso de emergencia. ¿Cuál es la mejor manera de proceder?

En primer lugar, no te asustes. Has recibido entrenamiento sobre cómo hacer ascensos de emergencia durante tu curso de iniciación. Recuerda el orden preferido de las opciones disponibles:

1. Hacer un ascenso controlado normal, con tu regulador en la boca.
2. Acude a tu compañero en busca de su fuente alternativa de aire (o de la principal, dependiendo de la configuración de su equipo, si él va a utilizar la secundaria). El objetivo en este caso es que ambos buceadores tengan una fuente continua de aire, que les permita realizar un ascenso lento y controlado hacia la superficie.
3. Si no puedes comunicarte con tu amigo u otro buceador, o si tu compañero se encuentra también sin aire, intenta realizar el ascenso de emergencia controlado, por tu cuenta. Pero, de nuevo, no te asustes. Recuerda, es muy probable que dispongas de aire suficiente en los pulmones para que alcances la superficie. Sigue los procedimientos que has aprendido durante la formación: Mantener el regulador en la boca en todo momento; a veces el aire se expande y te proporciona una respiración más rápida; Exhalar lentamente y de forma continua hasta llegar a la superficie, manteniendo un ascenso lento.

Al igual que todos los demás ejercicios de buceo, los ascensos de emergencia deben practicarse con regularidad. Acude a la piscina con un compañero para sacudir las telarañas de tu respiración con fuente de aire alternativa, y practica ascensos de emergencia nadando horizontalmente en la piscina.

Los ascensos de emergencia son una respuesta a una situación de peligro mortal bajo el agua. A pesar de la urgencia de las circunstancias que los rodean, con una buena práctica, preparación y formación adecuadas, pueden y deben convertirse en la solución segura para lo que están destinados.