

# Un reinicio seguro: decálogo para buceadores oxidados

Después de un largo invierno, y de un bloqueo aún más largo por el coronavirus, la abstinencia de nitrógeno alcanzó su punto máximo. Durante esta primavera tan especial, sólo los buceadores con piscinas privadas o acceso privado al mar / lagos / charcos fueron capaces de practicar el buceo. Si no perteneces a esta afortunada categoría, necesitas algunos consejos antes de absorber nitrógeno de nuevo, con el fin de evitar una sobredosis y otros contratiempos.

**1- Los trajes de buceo**, tanto húmedos como secos, tienden a encogerse durante los períodos de inactividad. (ten en cuenta tu ropa también; la mía parece estar disminuyendo). Puedes tratar de perder una talla yendo a pie hasta el punto de buceo, con las bolsas sobre tus espaldas, pero sólo si vives, al menos, a 300 km de tu destino. Alternativamente, puedes alquilar un traje de buceo bien desinfectado en tu tienda de buceo local, o comprar uno nuevo. Verás que las fábricas del otro lado del mundo, siguen cometiendo errores en las tallas europeas. Ten especial cuidado al predecir cuándo volverás a ponerte en forma: podrías pasar años alquilando...



2- Si los trajes de buceo se encogen, **las baterías** tienden a agotarse. Seguramente lo notaste cuando tu scooter no arrancó de nuevo, en abril. Ten en cuenta que, a diferencia de las baterías del scooter, que se cargan mientras se mueve, las baterías de tu ordenador de buceo NO se recargarán durante el descenso. Consigue otras nuevas donde estés seguro de que puedes encontrarlas. Otra tendencia desvergonzada de las baterías: además de descargarse durante la inmersión, las hay de muchos tipos diferentes, y es posible que no encuentres las que necesitas en la tienda cercana al sitio de buceo.



**3-** El maletín estanco, con tu amado **kit salva-inmersiones** está, probablemente, donde lo guardaste la última vez. ¿Hiciste alguna reparación doméstica, mientras tanto? No, creo que no... A continuación, intenta encontrarlo detrás de los cubos de pintura: si vives con un no buceador, es probable que lo haya confundido con el maletín del taladro o el estuche para hacer ganchillo. ¿Lo encontraste? Recuperarás tu preciosa colección de juntas tóricas y llaves Allen, tu adaptador DIN de medio kilo y el tubo de la fantástica grasa de silicona, difícil de encontrar. ¿Falta una correa? Se rompió en el bote, en septiembre pasado, ¿recuerdas? Ahora comprueba si esa máscara de repuesto todavía está en tu bolsillo del chaleco...

**4-** Las **criaturas desagradables** sienten predilección por habitar cavidades húmedas y poco superpobladas. Los trajes de buceo y las segundas etapas ofrecen el máximo confort para arañas, escorpiones y cucarachas. La historia del divemaster que expulsó una cucaracha de sus bronquios NO es una leyenda urbana. Por lo tanto, comprueba la boquilla antes de usar el regulador y dale la vuelta al traje de buceo. Evita transportar plagas a lugares donde no les pertenezcan.



5- No está mal visto si **empiezas de nuevo con una simple inmersión**. Los "buceadores macho" afirman que no hay diversión en las inmersiones fáciles. Sin embargo, si no quieres convertirte en la atracción, evita empezar de nuevo con una inmersión desafiante. Si es posible, haz una inmersión fácil desde la orilla. Ten la seguridad de que los que te están empujando a una inmersión complicada serán los primeros en quejarse de tu trim defectuoso, de tu mala flotabilidad y de tu tasa de consumo. Un refresco nunca es deshonoroso.



**6-** Ya conoces la novedad de este año, se llama **COVID-19**. En nombre del distanciamiento social, estaría bien que rellenas un cuestionario sobre tu relación (con suerte, muy distante) con el virus, antes de bucear. Puedes encontrarlo [AQUI](#). Recuerda mantener una distancia física de, al menos, un metro (se recomiendan dos metros en algunos países) y llevar una máscara protectora mientras estás en el centro de buceo, fuera y en el barco o en la embarcación. Ahora puedes respirar tranquilo: ¡bajo el agua puedes, por fin, olvidarte de ello!

**7- Tres inmersiones al día** son probablemente demasiadas, incluso para aquellos que ya han reanudado el buceo. Haz un máximo de dos, y estarás en paz con tu nitrógeno residual, tus oídos y tu energía. A diferencia de las baterías de los ordenadores de buceo, las reservas de energía humana aumentan con la práctica. Por razones misteriosas, el rendimiento físico y la concentración tienden a disminuir con el estrés y fatiga, incluso al bucear. Y recuerda, tu distanciamiento social adecuado de la ED, ¡es a -5 metros de profundidad, durante al menos 3 minutos!

**8- El chequeo entre compañeros** no es un hábito anticuado, sino una regla que se ignora con demasiada frecuencia. Debido a las nuevas recomendaciones de prevención contra la C-19, por supuesto, no se te permite tocar el equipo de tu amigo, pero puedes pedirle que lo haga por su cuenta bajo su ojo vigilante, mientras le instruyes a comprobar su BCD, cinturón de lastre, reguladores, hinchadores, ordenador de buceo, reserva de gas y griferías (la válvula siempre debe ser accesible para el buceador). Pídele a tu amigo que haga lo mismo contigo, y habrás traído de regreso a un hábito seguro.



9- Tu **afiliación a DAN** no es vitalicia: ¡debe [renovarse](#) cada año!

10- ¡Ahora, por fin, puedes relajarte: tu certificación de buceo no tiene fecha de caducidad! Son tus habilidades de buceo las que necesitan refrescarse, ¡y qué mejor manera de hacerlo que buceando! 😊



Ah, ¿que no has reemplazado esa correa de la máscara? Según Murphy, la tendencia a romperse una parte específica del equipo, es inversamente proporcional a la disponibilidad de repuestos para esa parte. Recuerda llamar a George: ¡tu máscara de repuesto todavía sigue en el bolsillo de su chaleco!