www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

Una ventana abierta al mundo submarino









www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

SUMARIO:

- Saludos y Bienvenida — pág. 3
- Noticias breves — pág. 5
- Tus relatos: Playa del Carmen – México — pág. 6
- Artículo: El gran desafío del buceo técnico. — pág. 30
- Medicina: Afecciones de las mujeres y su relación con el buceo — pág. 36
- Historia: Guía para buscadores de tesoros — pág. 44
- Formación: Montaje de la hebilla de la botella — pág. 58
- Biología: El tiburón blanco – Del mito a la película — pág. 65
- Viajes y Buceo: Las Islas Filipinas III parte y final. — *pág. 71*
- Formación: Cámaras hiperbáricas. — *pág. 91*
- Tus relatos: Un sueño en el Pirineo. — pág. 101
- Pecios: Pecio de Uluburun — pág. 105
- Medicina: Manual de primeros auxilios – El ahogamiento — pág. 112
- Apnea: Las mujeres también pueden con Deborah Andollo. — pág. 116
- Biología: Barracudas y Espetones. — pág.130
- Formación: El equipo de buceo – Focos — pág. 135
- Concurso "foto del mes" — pág: 142
- Psicología y Buceo: El buceo "DIR" y los tópicos en submarinismo — pág. 144
- Tus fotos por el mundo — pág. 146
- Ciberdive — pág. 154
- Gran enciclopedia de la vida marina: El "Maracus Insistensis" — pág. 155
- Formación: Escuela de Buceo. (Comic) — pág. 170
- Videosub — pág. 175
- Unas risas nunca van mal — pág. 176
- Editorial — pág. 178



REVISTA SENSACIONES

Gestión y Publicidad:
R&R I.D.S.
Telf.: +34 654.753.351
info@rrids.com

Dirección y Redacción:
José Ángel Ribas Espiñeira

FotoSub:
José Ángel Ribas Espiñeira

Diseño:
R&R I.D.S.

Colaboradores:
Antonio Bermejo Morales
Antonio Segura García
Mario Lebrato
Norma Colet García

Si deseas colaborar en el próximo número de la revista puedes escribir a:
revista@sensaciones.org

Si deseas incluir PUBLICIDAD en la revista puedes escribir a:
info@rrids.com

Todas las marcas, logos, textos mencionados e imágenes son propiedad de sus respectivos creadores. Si alguna extraída de Internet le pertenece y no se hace mención por favor indíquelo y se corregirá.

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



!!! YA TENEMOS LOGOTIPO ¡¡¡

Hola amigos y amigas, por fin ya tenemos nuestro logotipo y mascota oficial.

Al final hemos encargado a un diseñador profesional que nos realizara el logo que representará el proyecto SENSACIONES de ahora en adelante, y que nos unirá a los más de 8.000 amigos que leéis mensualmente esta publicación.

Ya estamos diseñando las camisetas correspondientes a petición de los miembros del foro de SENSACIONES que nos identifiquen como privilegiados que somos disfrutando de las SENSACIONES que nos aporta nuestro querido Gran Azul. Si quieres tener una en breve podrás saber como a través del foro de SENSACIONES, y de la web, habrán modelos de chico y de chica en todas las tallas posibles.

Como siempre seguimos trabajando con la idea de unir un poco más cada día este gran grupo de amantes de las burbujas que somos y nos hemos convertido.

La revista este mes la revista viene con los siguientes contenidos: Nos vamos a Playa del Carmen y al Pirineo con las secciones “Tus Relatos”, finalizamos el especial sobre las Islas Filipinas y el buceo en ellas que ha durado 3 números. Seguimos con temas médicos con las afecciones de las mujeres y su influencia en el buceo, y continuamos con la serie “manual de primeros auxilios”. La sección de Psicología nos habla del mundo “DIR” y los tópicos del buceo. Un nuevo capitulo de la enciclopedia de la vida marina por el maestro Chupiguay, el Maracus Insistensis. Hablamos de los foco en materiales y como siempre las secciones habituales. Esperamos que la disfruteis.

José Angel Ribas Espiñeira



J. A. Ribas

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

QUIERES COLABORAR EN SENSACIONES Y COMPARTIRLO CON MÁS DE 8.ooo AMIGOS



Tu que ya eres miembro activo de este proyecto solo por el mero echo de leer estas páginas puedes participar de ellas, colaborar, escribir, y que más de 8.ooo personas disfruten con tu información, experiencia, viajes, artículos, etc..

Cómo, pues bien fácil. **SENSACIONES** es un proyecto realizado por submarinistas para submarinistas, con la idea de hacer algo que nos aporte conocimientos e información sobre nuestro mundo de burbujas.

Cualquiera puede participar de él y ver su escrito, su artículo, reportaje o similar publicado en la misma.
Tienes un centro de buceo y quieres hablar de una zona en concreto..Sueles bucear en una zona y conoces un punto de inmersión fantástico que te gustaría compartir con otros... Has realizado un viaje genial y quieres contarnos tu experiencia... te dedicas al mundo del buceo y tienes aventuras que contar... son solo algunos de los posibles temas con los que puedes colaborar.

Envía la información a revista@sensaciones.org y contactaremos contigo para maquetarlo.

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

NOTICIAS BREVES

Capitanía autoriza el buceo en el pecio del `Don Pedro´

Los centros de submarinismo comercializan desde hace unos días las inmersiones al «mayor naufragio de Europa al alcance de las licencias deportivas». El barco se ha sellado para evitar accidentes

MAS INFO

Cinco buceadores aparecen con vida y a veinte millas tras dos días desaparecidos

Cinco buceadores temieron por sus vidas durante dos días en aguas de Indonesia, tras verse arrastrados por la corriente desde su punto de inmersión.

MAS INFO

El santuario marino de Tubbataha, un Patrimonio de la Humanidad bajo el agua

Los deshabitados atolones de Tubbataha en Filipinas esconden en sus arrecifes de coral una de las mayores concentraciones de biodiversidad marina del planeta, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO.

MAS INFO

Cuba exhibe en un museo parte del tesoro de “La Mercedes”

A menos de un mes del vencimiento del plazo para que el España presente “pruebas fehacientes”, ante el tribunal de Tampa, de que el pecio expoliado por Odyssey Explorer es el de la fragata de la Armada Española Nuestra Señora de las Mercedes, el museo de La Real Fuerza,exhibe uno de los tesoros del galeón español hundido a cañonazos por los ingleses en octubre de 1804.

MAS INFO

PADI padi.com



DIGITAL UNDERWATER PHOTOGRAPHY

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Playa del Carmen, México

(Semana Santa 2008)

Por Alejandro Espinosa Ferao

Playa del Carmen está ubicada en el estado de Quintana Roo, en la costa este de la Península del Yucatán, frente a la isla de Cozumel.

Era, hasta mediados de los ochenta, un pequeño pueblo de pescadores de unos 1.000 habitantes, pero en las últimas dos décadas se ha transformado al ritmo del crecimiento del turismo, siendo en la actualidad, después de Cancún, el 2º destino turístico de la Riviera Maya.

Con clima tropical y aguas calientes y cristalinas, es un lugar ideal para el descanso, el turismo y el buceo. La posibilidad de bucear en cenotes le da un interés añadido que lo convierte en un sitio único en el mundo que no debe faltar en el log-book de los amantes de este deporte.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

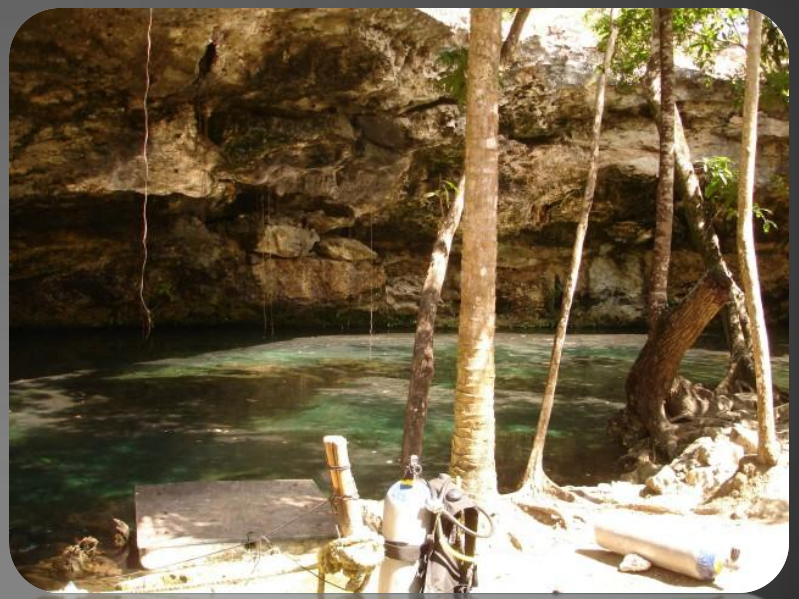
TUS RELATOS

El pueblo en sí no tiene más interés que el de los servicios turísticos que ofrece (tiendas, bancos, restaurantes, etc.), siendo la 5ª avenida su centro neurálgico donde pasear, ir de tiendas, cenar o tomar una copa.

Allí estuve 6 días (más el de regreso), de los cuales dejé uno para "ver piedras" (Chichén-Itzá y Cobá) y los otros 5 para bucear de la mano de dos grandes profesionales: Pepe Esteban y Vicente Fito, del 'Playa Dive Center'.

'Chac-Mool'

Tal y como habíamos acordado por correo electrónico, a las 7:50 a.m. muy puntual pasa Pepe Esteban a recogernos al hotel.



Todavía no lo conocemos personalmente, pero la bienvenida consiste en un cálido abrazo que más parece un reencuentro, y no necesito más para darme cuenta de que es de esa clase de personas con las que uno quiere tropezarse cada mañana para contagiarse de su vitalidad y optimismo.

Llegamos al 'Playa Dive Center' donde aguarda Vicente Fito, el socio mallorquín de Pepe. La mar está brava, así que toca hacer 'check dive' en cenotes: doble inmersión en 'Chac-Mool'.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

El briefing es extenso y minucioso:
Vicente nos explica la diferencia entre el buceo en cavernas y en cuevas, la técnica del aleteo para no levantar sedimento, la regla de los tercios que sin ser necesaria aplicaremos como medida extra de seguridad, la forma de usar las linternas y de hacer las señales, cómo navegar al encontrar haloclinas, etc.

Nuestras miradas nerviosas se pierden en el interior de las claras aguas mientras Vicente concluye su explicación: "... y en menos de un minuto lo tengo fuera, aunque hasta la fecha nunca he tenido que sacar a nadie".

Realizamos el control de lastre y, en grupos de 4 más guía, comenzamos la inmersión. ¡Menuda manera de empezar!.... Encontramos grandes salas, estalagmitas, estalactitas, y una increíble visibilidad que hace dudar de la presencia de agua; pero lo que más me impresiona es ese maravilloso azul de los contraluces que se observan al volver de las partes más oscuras del recorrido hacia la claridad de las bocas de los cenotes.

Es un buceo cómodo, relajado y sin complicaciones, donde tus miedos previos desaparecen tan pronto te sumerges. Un buceo que te llena de tranquilidad y serenidad; sólo el sonido de tus burbujas, sólo la contundente longevidad de una piedra moldeada por el agua y el tiempo, donde lo único animado es la luz y la sombra, que juegan a perseguirse tras cada movimiento de tu foco.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Tras las inmersiones y dejar el equipo en el centro, nos vamos con Pepe a 'La Floresta' en Playa del Carmen, junto a la carretera, donde probamos los mejores tacos de marlin (swordfish, pez espada o emperador).



Este Pepe, si como buzo es un crack, como anfitrión y como persona no tiene parangón (muchas gracias por tu desempeño, dentro y fuera del agua, dentro y fuera del trabajo).

Después de la charla de sobremesa nos acompaña al hotel a eso de las 6:30 y, debido al cansancio y a la diferencia horaria, nos echamos una siesta de la que no despertaríamos hasta la mañana siguiente.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

'Tortugas' y 'Barracuda'

Nos recogen a las 7:50 y acudimos al Centro. La mar ha mejorado un poco y hoy podremos bucear en ella. Cargamos los equipos en el remolque, y subimos al vehículo advertidos por Pepe del cuidado que debíamos tener con la limpieza del mismo. *"¿Cuidado de qué? ¡Ah, de no limpiarlo! Claro, que tiene su playa propia..."*. Dos cuadras al sur descargamos en la playa, donde nos espera Chatarras en la embarcación.



Ponemos rumbo sur y nos dirigimos a nuestra primera inmersión: 'Tortugas'.

El lugar está repleto de corales blandos, esponjas y, cómo no, tortugas.

La visibilidad no es buena y la corriente suave, y a menor corriente menos tortugas. Aún así, las vemos por decenas, ¡y se dejan fotografiar desde cualquier distancia!

Tras la inmersión desembarcamos en la playa (menos mal, porque ando algo mareado) para hacer tiempo hasta el segundo buceo. Pero... ¡menuda playa! Paradisíaca, con su arena blanca de origen coralino, sus rocas, sus palmeras, su selva, y mi mujer...

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS



La segunda inmersión es 'Barracuda', donde la visibilidad es peor. Vemos grandes bancos de pargos, rubias y cochinillas, nudibranquios, peces trompeta, ...















© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Aunque hace dos semanas que se fueron los *tibus*, de regreso en la barca Chatarras divisa uno ahí abajo, y allá se lanza Pepe en su persecución con el tanque bajo el brazo.

Tras 15 minutos de tensa espera asoma la cabeza y anuncia: "Ni cochinillas, Chatarritas. Ni cochinillas". Otra vez será. Desembarcamos en la playa de la que partimos con gran alegría por mi parte, porque el mareo es ya insostenible y la biodramina quedó a buen recaudo en el hotel, para que no se gaste.

De regreso al Centro, con mucho cuidado de no meter arena en el coche (pues no cabe más), encargamos la comida en 'El Pirata'. Mientras nos duchamos, Pepe endulza los equipos de todos de la misma manera que a mí me gusta la carne: vuelta y vuelta. Total, ¡mañana los volveríamos a ensuciar! La comida en 'El Pirata' consiste en un mero frito para cada uno. ¡Espectacular!

Terminamos la tarde en una heladería próxima, entre helados, historias y risas. Muy buena forma de terminar una jornada de buceo.

‘Dos Ojos’

Hoy no me pasa. Antes de salir del hotel me tomo mi biodramina, que no estoy dispuesto a volver a pasar por lo de ayer.

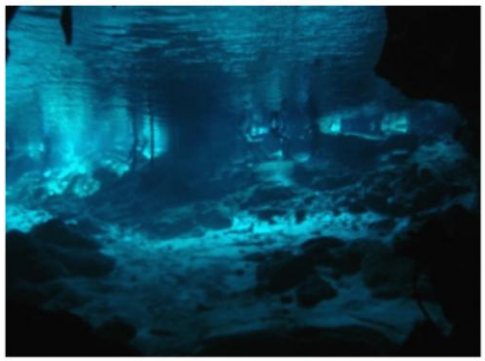
Y al llegar al centro, me tomo la segunda dosis, para asegurar. Entonces alguien anuncia: *“Iremos al cenote 'Dos Ojos'”*



© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

La primera inmersión es más de luces y contraluces, grandes salas y estalactitas gigantes, mientras que la segunda (Bat Cave) es más 'cuevera', con pasos no tan amplios y salas oscuras. ¡Dios mío, qué contraluces! Especialmente el de regreso desde 'Bat Cave' hacia la boca del cenote donde comenzamos.







Hay mucha gente, y en algunas zonas el agua tiene algunas partículas en suspensión. Nos cruzamos con los culpables de tanta polución, y nos dan la bienvenida enchufándonos sus luces en los morros (recuerdos a sus señoritas madres). Eso sí, el octopus lo llevan bien recogidito para no arrastrarlo por el fondo (observad estas fotos)...





Hoy no me he mareado... ¿será gracias a la biodramina?

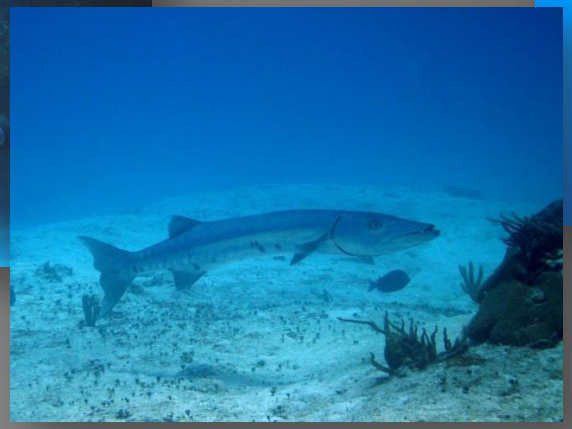
© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Cozumel

La mar amaneció embravecida, con un levantazo de impresión, pero en Cozumel estaremos a resguardo y evitaremos la más que probable masificación de los cenotes. Cozumel es una isla situada justo frente a Playa del Carmen, con el segundo mayor sistema de arrecifes del mundo. Sumergidos en un cálido mar de aguas cristalinas, los grandes bancos de coral son el hogar de una rica y variada fauna marina. Hoy vamos con Vicente, y tras la dura travesía en ferry (por fin amortizo la biodramina) llegamos a Cozumel y nos dirigimos al sur, donde compramos unos bocatas para más tarde. Embarcamos y partimos hacia el 'Arrecife de Santa Rosa', pared de arrecife que cae a 500 m, repleta de túneles y pasadizos, donde tenemos el gusto de conocer a la madre de todas las barracudas.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

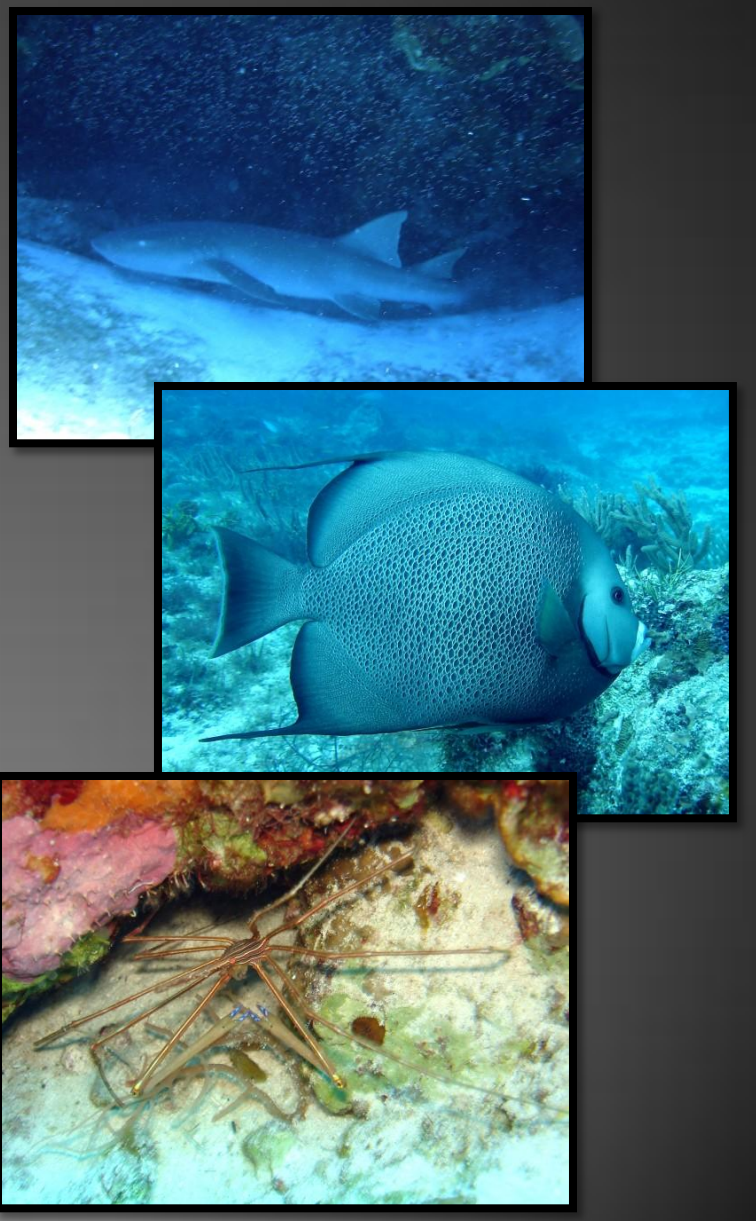
Cuando nos queda poco aire, Vicente le cuelga a Linda un tanque adicional, y extendemos la inmersión un buen rato más.

Es un buceo excepcional, y hay que aprovecharlo al máximo. Al salir damos cuenta del bocata y especulamos sobre el tamaño de aquella barracuda: "¿Sólo 2 metros? ¡Venga ya!".

Tras una hora de intervalo de superficie nos sumergimos en 'El Paso del Cedral', donde tenemos un grato encuentro con un tiburón gata (nodriza).

Regresamos al punto donde nos dejó el ferry, y en la esquina sureste de la plaza nos sentamos en una terraza para comer tacos, guacamole y cerveza (la más barata de la Rivera Maya, Vicente dixit) servida en balde de hielo... ¡qué delicia!.

Regresamos a Playa con el mar ya más calmado, y damos por concluida la jornada. Ha merecido la pena.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

'Angelita' y 'Taj Mahal'

Es nuestro último día de buceo, e iremos a los cenotes 'Angelita' y 'Taj Mahal'. *"Angelita es mi consentida"*, nos había dicho Pepe unos días atrás con una sonrisa tierna en el rostro. E

s una inmersión peculiar, que se aborda con el respeto que infunde la fama que la antecede. *"Se trata de un cenote de boca ancha y circular, que se va ensanchando ligeramente con la profundidad"*, nos explica Vicente mientras otros buzos se van y nos dejan totalmente a solas, y el briefing se va convirtiendo poco a poco en inmersión. A unos 24 metros hay algo parecido a un fondo de fango, y un montículo de troncos y ramas.

Conforme te acercas a ese fondo se va desdibujando, y toma la apariencia de una nube parduzca: se trata de una capa de ácido sulfhídrico de unos 2 metros de espesor proveniente de la descomposición de la materia orgánica que cae al cenote. Tras deshinchar el chaleco para vencer su mayor densidad, seguimos descendiendo, atravesamos la capa de ácido y encontramos una bolsa de agua salada (nuevamente de mayor densidad) bastante oscura, ya que la nube que acabamos de atravesar deja pasar poca luz.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Cuando nuestras pupilas se acomodan, encontramos un paisaje desolado en distintas tonalidades de negro; según Vicente, una estética 'Tim Burton'.
Vemos la continuación del montículo ensanchándose con la profundidad, recubierto de troncos y ramas, y un techo nebuloso de color verdoso que se abre y se cierra al paso de nuestras burbujas. Se siente una gran placidez fruto del entorno y del nitrógeno; hemos superado con creces los 40 metros, y no podemos llevar nuestros relojes más allá de donde la prudencia aconseja, así que nos despedimos del negro escenario y comenzamos la ascensión.



Para no quedar cautivos entre las dos masas de agua dulce y salada, inflamos un poco nuestros chalecos y atravesamos de nuevo el ácido, viendo al compañero desaparecer para emerger al otro lado como si de un fantasma se tratase.

Seguimos hasta encontrar a 14 metros de profundidad dos oquedades en la pared que conforman la entrada y salida de un túnel. Tal y como nos dijo Vicente en el briefing, entramos por la de la izquierda, y tras un recorrido de no más de 15 metros aparecemos por la otra en lo que parece un balcón surrealista: de la parte superior cuelga un árbol boca abajo, y al asomarnos vemos el fondo nebuloso y el montículo que emerge, como un espectro, de entre la bruma. Continuamos ascendiendo lentamente, describiendo círculos junto a la pared del cenote. Tras la parada de descompresión, antes de salir a superficie Vicente me pregunta si he visto las almejas. *"No"*, le contesto, mientras pienso..*"¿Almejas en un cenote? Este tío flipa, y no ha bajado tan profundo..."*. Pero eso que me señala no se parece tanto a una 'almeja' como a un 'cocodrilo'.... ¡Ahora entiendo la seña!

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Menos mal que nadie se ha enterado, porque menudo cachondeo hubiera habido a mi costa... ¡Guau! ¡Es impresionante ver un cocodrilo desde el agua (mas aún si esperabas ver una almeja), 1 metro sobre tu cabeza! Lástima que por miedo a inundación Linda no ha bajado la cámara, porque hubiera sido un punto hacerle una foto a su blanca barriga desde esa perspectiva. Aunque no es grande, sin duda algún día lo será, así que los que no hayáis estado en el 'Angelita' y estéis pensando en ir, daros prisa... Camino de la próxima inmersión paramos en Tulum a reponer fuerzas: unos tacos buenísimos.

Llegamos al cenote 'Taj Mahal' y durante el briefing, tras lo sucedido el día anterior en 'Dos Ojos', Vicente nos explica que cuando te cruzas con alguien y te deslumbra es costumbre y norma de buena educación devolverles el saludo con un manotazo en la máscara. Jejeje, ¡de haberlo sabido ayer! De todas formas, las normas de cortesía serán inútiles, pues ya no queda nadie en el cenote. Encontramos el agua más limpia que he visto jamás. Su transparencia y quietud son tales que desde fuera es imposible determinar dónde termina nuestro medio respirable y comienza el líquido elemento: es realmente increíble. Los distintos ojos por los que vamos pasando tienen por superficie espejos perfectos que nos devuelven unas imágenes del fondo de perspectiva inversa y belleza indescriptible.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Al regresar a la salida todos nos quedamos haciendo una eterna parada de seguridad, que realmente era una remolona parada de despedida. No queríamos irnos de allí... especialmente los que ya no volveríamos a sumergirnos en tierras Mexicanas. Lástima (o menos mal) que al comenzar la inmersión vi que había una gota de agua dentro de la caja estanca, y tuvimos que dejar la cámara en superficie.

Ha sido, a mi gusto, la mejor inmersión de mi 'pinche' vida.

Chichén-Itzá y Cobá

Pepe nos facilitó ayer el alquiler de un coche en Hertz, y junto con Juan, Juana (su mujer) y Cristina (la prima), vamos a visitar los conjuntos arqueológicos de las ciudades Mayas de Chichén-Itzá y de Cobá.



Las carreteras son muy buenas, y los mejicanos conducen mejor que nosotros: son mucho más educados y corren menos. Sólo hay que saber dos cosas: los semáforos están ubicados después de los cruces, y las calles y carreteras mejicanas están 'sembradas' de topes (guardias tumbados) con los que hay que tener mucho cuidado (eso sí, están señalizados).

A los sitios arqueológicos es mejor no ir en Domingo, pues la entrada es gratuita para mejicanos y está lleno de gente. Hay que llegar temprano para evitar masificaciones y calor. Nosotros salimos a las 5 a.m.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

PLAYA – CHICHÉN ITZÁ:

Una opción (la que nosotros hicimos, y recomendamos, 2 horas y media) es ir por la carretera federal hacia Tulum, justo al pasar la salida de las ruinas y antes de llegar a Tulum pueblo hay un cruce con semáforo, donde está indicado el Chichen-itza a la derecha.

La carretera es de doble sentido, y esta muy bien hasta Cobá. Se llega a una rotonda (recto para Chichén Itzá, derecha para visitar el santuario del mono araña, izquierda para las ruinas de Cobá) y se sigue recto por una carretera más estrecha y con algún que otro bache, y al tiempo se desemboca en otra carretera, que hay que tomar a la izquierda.

A la entrada a Valladolid obliga a girar a la derecha doblando una esquina. Nada mas doblar, a mano derecha, hay un "restaurante" amarillo donde desayunamos tacos y jugo o café por 30 pesos cabeza, y nos obsequiaron con un bocadillo de cerdo al horno troceado: fue la mejor comida de nuestra estancia en Méjico. Se atraviesa Valladolid y se sigue recto (yo me perdí), y pronto se llega a Chichen-itza. 10 pesos de parking y 95 pesos entrada.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

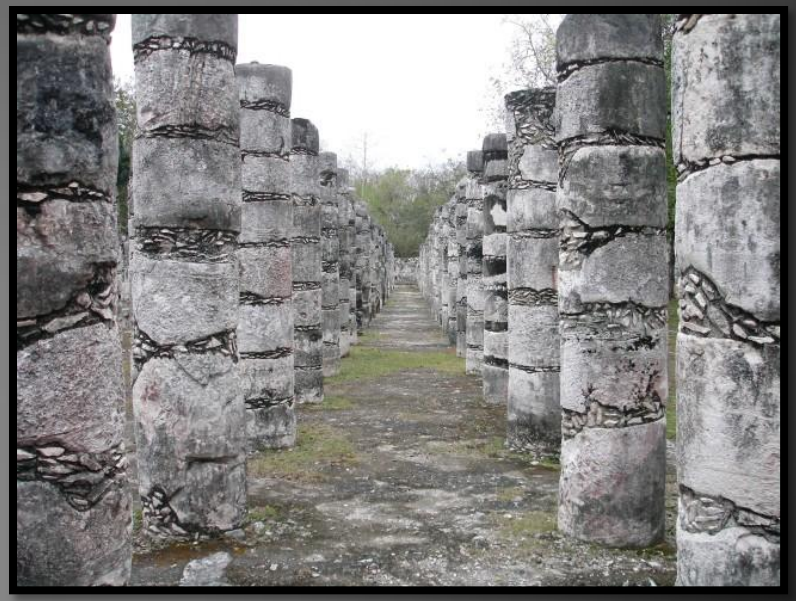
TUS RELATOS

Guía 500 Pesos entre todos (se nos fue uniendo gente, y al final fuimos 10: tocamos a 50 cada uno). Son unas 3 horas de visita, y hay que llevar agua pues dentro no hay. Pero sí hay vendedores ambulantes, y se consigue recuerdos y artesanía a buenos precios si se regatea.

Otra opción para ir a Chichén-Itzá es ir por autopista (2½ a 3 horas, 280 Km) y volver por Valladolid y Cobá. Saliendo de Playa hacia el norte por la autopista, tras 20-25 minutos se llega a Puerto Morelos, donde se debe repostar pues no habrá otra gasolinera hasta 200 kilómetros después.

Seguir hacia Cancun otros 20 minutos hasta la salida de Mérida y Chichén Itzá, cogiendo la autopista de pago (cuota), que discurre por la selva. Tras 195 kilómetros se toman las indicaciones de Chichén Itzá / Pisté a la derecha. A 10 minutos está Pisté, un pueblecito junto a Chichén Itzá donde tomar un tentempié.





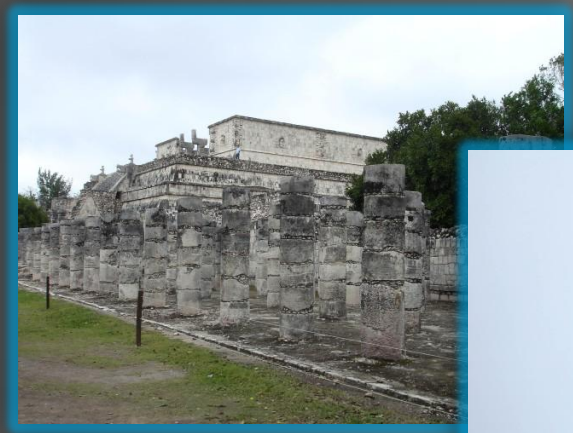
© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

CHICHÉN - VALLADOLID:
Se sale de las ruinas a la derecha hacia Valladolid. Si apetece un baño, tras 40 kilómetros tomar la salida a la derecha que indica Dzitnup. A los pocos minutos encontramos los cenotes X'keken y Samula: merece la pena parar en el primero.

Tras el chapuzón, volver de nuevo la carretera, a la derecha, y al rato llegamos a Valladolid entrando por la calle 41, que nos lleva a la plaza principal (Zócalo). Hay como un mercado cubierto con mesas y restaurantes, donde se puede comer, aunque a nosotros no nos gustó (donde peor comimos en todo Méjico): hubiese sido mejor volver al restaurante amarillo.

A unos cinco minutos andando desde la plaza está el cenote 'Zací'. También se puede visitar la catedral, pero creo que en Valladolid no merece la pena parar excepto en el restaurante amarillo donde desayunamos en el viaje de ida, para poder dedicarle luego tiempo suficiente a Cobá.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

VALLADOLID - COBÁ:

Salimos continuando por la Calle 41 y seguimos recto durante 25 Km hasta una intersección tras la señal de Km. 186. Giramo a la derecha hacia Tulum, y tras 30 Km llegamos a una redonda donde a la derecha indica 2 Km hasta Cobá, a la izquierda hacia Cancún (por aquí se va al santuario del mono araña), y recto hacia Tulum. Nosotros giramos a la derecha para visitar el conjunto arqueológico de Cobá.





COBÁ – PLAYA:

Volvemos hasta la redonda y giramos a la derecha hacia Tulum. Tras 44 Km, se llega a una intersección con semáforo: recto a Playa Paraiso (dicen que muy recomendable, pero no nos da tiempo), a la derecha Tulum, a la izquierda la zona arqueológica y Playa del Carmen (50 min). En un ratito ya estamos de vuelta en el hotel.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

El día ha sido intenso, pues llevamos levantados desde las 4, pero mañana regresamos a España y no nos podemos ir sin probar las arracheras.

Así que vamos a devolver el coche de alquiler, y ya de paso, vamos al restaurante "H.C." en la calle 1 (un tanto solitaria) entre av. 20 y 25, a meternos un plato de 'Arrachera nacional' cada uno, muy ligerito para cenar... Se trata de un plato por 100 pesos con un corte de carne de res tierno y jugoso, acompañado de papa o cebolla asadas, así como un pimiento jalapeño, tortillas, unas salsas y un refresco. Riquísimo.





Y hasta aquí la crónica de lo sucedido en estos días en Playa del Carmen, donde hemos tenido tiempo para hacer un poco de todo: buceo en playa, buceo en Cozumel, buceo en cenotes, y turismo 'tradicional', y hemos hecho nuevos y buenos amigos. Ya es hora de pensar dónde haremos nuestro próximo viaje de buceo, en cuanto se repongan nuestras maltrechas arcas....

LAS CLAVES:

Dónde comprar el viaje: Sólo el viaje, todo incluido, pero sin buceo (que se buscará por separado) http:\\www.dominicanatours.com

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Con quién bucear:

Sólo he buceado con 'Playa Dive Center' (Pepe y Vicente) y no he podido comparar, pero lo recomiendo vivamente porque mi experiencia fue muy posiva: hacen el tipo de buceo que a ti te apetece (más cenotes, o más mar, más tek, o más tranqui...), te contagian de su pasión por el buceo y por pasarlo bien, comparten contigo experiencias gastronómicas inolvidables, te ayudan en lo que pueden tanto en lo relativo al buceo como en lo ajeno a él, son encantadores y, sobre todo, son divertidos, muy divertidos.

PLAYA DIVE CENTER
Calle 44 entre avenidas 10 y 15
Colonia Zazil-Ha. Playa del Carmen
playadivecenter@yahoo.com

Telf. Móvil desde México:
Pepe (044) 984 1321191
Vicente (044) 984 1307068
Desde España: 0052 1 984....



© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Hoteles recomendados:
se trata de buscar un equilibrio entre precio y comodidad. Hay muchos hoteles en la carretera al norte (hacia Cancún) y al sur (hacia Tulum) de Playa del Carmen, pero por muy lujosos que sean, están muy lejos de todo, y posiblemente Pepe y Vicente no puedan pasar a recogeros a diario.

Yo recomiendo elegir un hotel de los ubicados en la urbanización Playacar, que está literalmente pegada a Playa del Carmen por el sur. La cadena Riu tiene varios hoteles allí, siendo las mejores opciones el 'Riu Playacar' (1ª línea de playa) y el 'Riu Tequila' (2ª línea). El Riu Lupita queda muy alejado de la playa, y otros Riu ya son mucho más caros.

Qué visitar:
Por las tardes después de bucear no queda tiempo para realizar ninguna excursión, sólo para darse una vuelta por Playa del Carmen. Por lo tanto, deberás renunciar a un día de buceo si pretendes conocer algo más que buzos y peces.

Hay parques acuáticos (Xel-Ha), deportes de aventura, excursiones en quad, visitas a ruinas Mayas, etc; aquí interviene el gusto de cada uno. Mi recomendación es ir un día a Chichén-Itzá y Cobá (coche de alquiler), y si tu vuelo de vuelta sale por la tarde, también podrás hacer una escapada cercana esa mañana, por ejemplo a Tulum (cogiendo en la carretera una van o furgoneta de las que dan el servicio de línea).

Las tres son antiguas ciudades Mayas que bien merecen una visita. En cualquier caso, yo huiría de las excursiones organizadas, porque son más caras y se pierde mucho tiempo recogiendo y dejando gente en los hoteles y parando en sitios establecidos para comprar souvenirs.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Electricidad:
120 v. enchufe plano. El voltaje no suele ser problema, pues los alimentadores eléctricos de cámaras, móviles, ordenadores portátiles, afeitadoras, cargadores de baterías, etc, funcionan con cualquier tensión (mirad la pegatina en el propio alimentador). Llevad adaptador de enchufe europeo al plano americano.

Moneda:
Peso, representado así: $. Notad que tiene una sola barra vertical (el dólar tiene 2). 1 euro = 16 pesos (aprox). El mejor cambio lo dan los bancos, pero el de hoteles y casas de cambio no suele ser malo. Lo mejor es sacar dinero de un cajero con nuestra tarjeta de débito (Maestro, 4B), ya que nos dan el mejor cambio, y sólo nos cargarán 3 euros como máximo. En muchos comercios se puede pagar en dólares y en euros, pero el euro lo cambian carísimo.

Buceo en cenotes:
Los cenotes son ensanchamientos de complejas redes fluviales subterráneas de origen kárstico, formados durante las épocas de bajada del nivel del mar en el Pleistoceno. Actualmente inundados, podemos observar en su interior estalactitas y estalagmitas, vestigios de las épocas en las que no los estaban. En los que nosotros buceamos, se ha producido el desplome del techo, y hay acceso (más o menos cómodo) desde el exterior.

El buceo en cenotes es algo totalmente diferente a lo que estamos acostumbrados la mayoría de los buzos. Aquí no se trata tanto de lo que ves, sino de las sensaciones que te invaden con lo que contemplas. Es difícil de explicar: sólo tus pensamientos y el sonido de tus burbujas te acompañan porque, aunque no estás ahí solo, nada distrae tu mente, salvo la atención debida a los parámetros de la inmersión y al compañero.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Te abstraes, y parece no existir siquiera el agua inmaterial que inexplicablemente te sostiene, y que sólo aparece para permitir el ascenso de las burbujas. Y tus burbujas van quedando atrapadas en el techo, al igual que tus pensamientos quedan allá dentro, como congelados, y de cuando en cuando, al igual que aquellas, rebosan y escapan a borbotones...

El buceo en cenotes es algo que hay que experimentar, y sólo allí se puede, así que recomiendo hacer el máximo posible de buceo en ellos y, si acaso, un día en Cozumel y otro en Playa del Carmen.

Otros datos de interés:
A la salida del país cobran una tasa de salida de 550 pesos que hay que llevar en efectivo.

NOTA:
La inmensa mayoría de las fotos (por no decir la práctica totalidad) fueron realizadas por mi mujer, Linda. Así que los méritos de las mismas son de ella, y la culpa de las faltas de ortografía y demás incorrecciones, mía. Espero que hayáis disfrutado, a pesar de todo...

Alejandro Espinosa
sns.espinosa@neverbox.com



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TODOS LOS NUMEROS DE LA REVISTA

GRATIS

Descárgate todos los números de la revista totalmente gratis. Pulsa sobre la imagen.

































17
Agosto 2008

18
Septiembre 2008

19
Octubre 2008

20
Noviembre 2008

© by José Ángel Ribas Espiñeira

BUCEO TÉCNICO

El gran desafío del "Buceo Técnico"

Por Gustavo M. Costa

El buceo técnico suena bien, atrae, parece algo que hay que hacer si queremos sentirnos diferentes al resto de los mortales. Pero ¿realmente sabemos lo que implica? ¿Estamos preparados para afrontar lo que supone?

Hoy en día, la gran vedette de nuestro deporte resulta ser también la especialidad más extrema, conocida como **buceo técnico**.

Tal fenómeno se debe, entre otras razones, a la gran difusión que ha tenido últimamente el buceo técnico a nivel masivo, y al desarrollo de nuevas técnicas y equipamiento confiable. Por supuesto, huelga mencionar que el buceo técnico es la especialidad que más fascinación y seducción ejerce sobre nosotros los buzos, siempre ávidos de experimentar nuevas aventuras más allá de las que convencionalmente podemos llegar a vivir.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BUCEO TÉCNICO

Como primera medida tendrá que existir un motivo.

El motivo trasluce la preparación mental del individuo. “Quiero ir más profundo”, “soy un adicto a la adrenalina”, o “quiero llegar a los extremos” no son motivaciones válidas, y demuestran en aquellos que las alegan falta de madurez y experiencia.

A su vez, considerar que el buceo técnico es el siguiente escalón es falso. Lo cierto es que se puede pasar un vida entera buceando dentro de los límites del buceo deportivo y aún así vivir experiencias emocionantes y desafiantes.

El buceo técnico es sólo una opción dentro de las que nos ofrece el buceo, no la única opción o algo que se deba hacer obligatoriamente.

Por cierto pueden existir una extensa gama de razones por la cual ingresar en el desafiante mundo del buceo técnico, cada uno tendrá la suya, pero lo cierto es que cada una deberá reflejar una consciente decisión de crecimiento y compromiso.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BUCEO TÉCNICO

La segunda cuestión a dilucidar es saber si se está dispuesto a aceptar los riesgos.

Existen muchos riesgos en el buceo técnico y cuanto más extrema sea la inmersión mayores serán los mismos. El buzo técnico deberá aprender a convivir y manejar los riesgos. El margen de error es mucho menor que en el buceo deportivo y el riesgo mucho mayor.

Consecuentemente con esto último, quien pretenda convertirse en buceador técnico deberá demostrar una gran autodisciplina. Demás esta decir que el cigarrillo está completamente prohibido, que es necesaria una óptima condición física (imagínese solamente el peso que traslada un buzo cargando un bibotella de acero en la espalda, más dos stages de aluminio, iluminadores, etc), y que se debe contar con la suficiente capacidad de evaluación para determinar la cancelación de una inmersión cuando las condiciones no sean las apropiadas, a pesar de lo mucho que deseemos hacerla.

Si no está seguro de contar con autodisciplina suficiente, intente esto: Haga cuatro series de flexiones de brazos, de quince flexiones por serie, una vez por día durante cuatro semanas. Sin excusas y sin omitir ningún día. No se trata del ejercicio sino de saber si Ud. puede respetar el objetivo. Si no lo logra, tal vez necesite más tiempo para acceder al buceo técnico.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

BUCEO TÉCNICO

Por cierto, ¿cuál es mi experiencia acumulada?. No sólo hace falta entrenamiento. El buceo técnico se cimenta en una sólida base de experiencia, madurez y familiaridad con una variedad de situaciones para solucionar problemas. Cien buceos es un buen número de inmersiones para comenzar a caminar la senda del buceo técnico, siempre y cuando hayan sido realizado en una variedad de condiciones (naufragios, nocturnos, poca visibilidad, de altura, etc.) y no hayan pasado 10 años desde el primero al último.

Por último, habrá que hacerse una pregunta de sentido netamente práctico. ¿tengo los recursos suficientes para esto?. Esta no es una pregunta menor; el buceo técnico requiere mucho equipo, y del caro. Nadie en su sano juicio emprenderá un buceo a 80 metros de profundidad con una regulador de $ 200. Un típico buzo técnico cuenta con 4 reguladores, chaleco técnico o back-plate con bolsas, computadoras, traje seco, etc., etc., y muchos más etc. La lista puede llegar a ser interminable y todo ello requiere dinero. A veces causa gracia escuchar a personas que solicitan hacer cursos de trimix, ignorando el costo que se genera simplemente al cargar un tanque con tal mezcla.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BUCEO TÉCNICO

Si a pesar de todo esto, Ud. cree que el buceo técnico es lo suyo, vaya lentamente, haciendo su propia experiencia. No pretenda estar al lado de aquellos más avanzados.



Se necesita desarrollar una completa serie de nuevas habilidades, que van desde la planificación de buceos con diferentes mezclas gaseosas a la configuración del equipamiento.

Practique en condiciones controladas todas las destrezas hasta que las mismas se vuelvan automáticas antes de realizar buceos en los cuales se necesiten.

Por ejemplo, no debe pensar en controlar la flotabilidad mientras se está haciendo un intercambio de mezclas en una parada de descompresión. El control de flotabilidad debe ser un acto automático. Y sobre todas las cosas, sea honesto consigo mismo respecto de sus motivos, su experiencia y su capacidad. No se auto engañe. Piense que si las cosas salen mal en definitiva es Ud. quien sufrirá las consecuencias.



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



Tu galería de fotos GRATIS en Internet

WWW.FOTOBUCEO.COM

SENSACIONES.org sigue ampliándose, y para ello ha creado el portal **www.fotobuceo.com**, un sitio donde poder compartir tus fotografías con todos tus amigos, al estilo YouTube. Un sitio donde tener tu propia galería de fotos actualizadas por ti mismo.

12 categorías de imágenes de buceo debidamente ordenadas donde incluir la tuya. Galerías de fotos personales. Fotos más comentadas. Fotos más votadas.

Posibilidad de enviarle a quien quieras esa foto que tanto te gusta por correo electrónico en formato de postal "con sello y todo".

Y como todo en sensaciones, totalmente GRATIS.

Entra en **www.fotobuceo.com** y comparte esas fotos de tus inmersiones y viajes con todos tus amigos.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

Afecciones de las mujeres y su relación con el buceo

por DAN

Existe un informe de la DAN realizado por Donna M. Uguccioni, M.S., Dr. Richard Moon, y Dr. Maida Beth Taylor, en el que se examinan las cuestiones más frecuentes que se plantean a esta organización sobre las afecciones de las mujeres y su relación con el buceo.

CÁNCER Y SU TRATAMIENTO

En el caso de los tumores malignos los tratamientos se basan en tres pilares fundamentales: cirugía, quimioterapia o radioterapia. Tanto la quimioterapia como la radioterapia pueden causar efectos tóxicos en los pulmones, tejido circundante y células corporales. Los medicamentos citotóxicos (quimioterapia) y la terapia por radiación pueden provocar efectos secundarios desagradables como náuseas y vómitos. Además, un tratamiento prolongado de esta terapia puede provocar una gran disminución de los niveles de energía. Es por esto que mientras se experimentan estos efectos secundarios, el buceo es una actividad incompatible. La radiación y algunos medicamentos quimioterapéuticos pueden producir toxicidad pulmonar. Para una vuelta al buceo con seguridad debería incluir un examen pulmonar que determine que no existe ningún daño susceptible de predisponer a la buceadora a un barotrauma pulmonar (embolia gaseosa, neumotórax o neumomediastino).

En los casos en que la cirugía sea el tratamiento aplicado, antes de bucear se tiene que haber terminado la recuperación, y el cirujano debe de estar seguro de que una inmersión en agua salada no contribuirá a la infección de la herida. La fuerza, el estado de forma y el bienestar deben de haber vuelto a la normalidad. El riesgo de infección, que puede haber aumentado temporalmente durante la quimioterapia o radioterapia, debe de haber vuelto a sus niveles normales.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

EMBARAZO

El acto de bucear con relación al embarazo es, de algún modo, similar a tomar un medicamento: los efectos farmacológicos del nitrógeno y otros gases inertes y de alta presión parcial del oxígeno en un feto en desarrollo, son completamente desconocidos ya que, por razones obvias, no se ha experimentado. Existe la posibilidad de que el buceo introduzca burbujas en el feto por lo que no se aconseja bucear con equipo autónomo durante el embarazo.

La retención de líquidos durante esta dulce etapa de la vida puede provocar hinchazón en la nasofaringe, que puede llevar al estrechamiento de nariz y oídos y al riesgo de aplastamiento de senos u oídos.

Las mujeres embarazadas que experimentan mareos por la mañana, unidos al mareo por movimiento, pueden tener que afrontar náuseas y vómitos durante una inmersión. Esto puede ser una simple experiencia desagradable, o puede llevar a problemas más graves si la buceadora entra en un estado pánico.

Debido a los escasos datos disponibles y a la incertidumbre de los efectos del buceo en el feto, se recomienda que el buceo con equipo autónomo se posponga hasta después del embarazo.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

VOLVER A BUCEAR DESPUÉS DEL PARTO

Después de un parto vaginal, las mujeres pueden volver a hacer una actividad moderada en un plazo de tres semanas. Los ginecólogos generalmente recomiendan evitar las relaciones sexuales y las inmersiones durante los 21 días posteriores al parto. Esto permite que se cierre el cuello uterino, disminuyendo el riesgo de introducir una infección en el tracto genital.

Una buena regla empírica es esperar cuatro semanas después del parto antes de volver a bucear. Después de un parto con cesárea hay que introducir en los cálculos el factor de la recuperación de la herida. La mayoría de los ginecólogos aconsejan esperar por lo menos, entre cuatro y seis semanas después de este tipo de partos antes de volver a la actividad normal. Dada la necesidad de recuperar la condición física perdida, unida a la recuperación de la herida, y a la importante carga que supone el llevar el equipo de buceo, es recomendable esperar por lo menos ocho semanas después de una operación de cesárea antes de volver a bucear.

Cualquier complicación leve o grave durante el embarazo (como gemelos, adelanto del parto, hipertensión o diabetes) puede retrasar todavía más la vuelta al buceo. Para las mujeres que hayan tenido partos con complicaciones médicas, se les recomienda un screening and clearance médica antes de que vuelvan a bucear.

Información adicional:

Los cuidados a un recién nacido pueden interferir en los intentos de recuperar la fuerza y forma. El nacimiento de un bebé, que se caracteriza por el cansancio y la falta de sueño, es un periodo de la vida riguroso y exigente.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

LACTANCIA

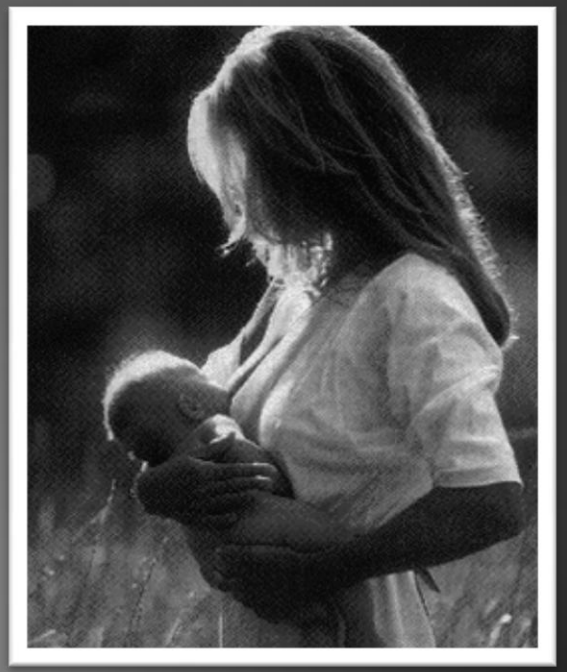
Desde el punto de vista del bebé, la leche materna no se ve excesivamente afectada. El nitrógeno absorbido por los tejidos corporales es un gas inerte y no representa ningún papel en el metabolismo corporal. En la leche materna pueden aparecer cantidades insignificantes de este nitrógeno; sin embargo, no existe riesgo de que el lactante lo acumule.

Desde el punto de vista de la madre, no existen motivos por los que una mujer que amamanta a su hijo evite el buceo, siempre que no haya infección o inflamaciones en el pecho.

ENDOMETRIOSIS

Debido a que la endometriosis puede aumentar la hemorragia, contracciones, cantidad y duración del flujo menstrual, el buceo puede que no sea la mejor actividad mientras se experimenten síntomas graves.

No obstante, no existen evidencias de que una mujer que bucee con endometriosis, sin estos síntomas, tenga mayor riesgo de sufrir lesiones relacionadas con el buceo.



HISTERECTOMÍA

En relación con el buceo con equipo autónomo, una histerectomía se considera cirugía mayor. Se recomienda que cualquier persona que haya sido sometida a una operación abdominal, espere de seis a ocho semanas de recuperación antes de volver a bucear. Si el procedimiento sufre algún tipo de complicación (infección, anemia o cualquier otro riesgo) puede ser recomendable dejar de bucear durante más tiempo. Estas recomendaciones se aplican a todos los tipos de histerectomía.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

IMPLANTES DE PECHO

En un estudio efectuado por DAN, se colocaron implantes mamarios solos en una cámara hiperbárica. Se probaron tres tipos diferentes: rellenos de silicona, salinos y de salino-silicona. En este experimento, los investigadores simularon varios perfiles de profundidad/ tiempo del buceo recreativo con equipo autónomo. En los implantes salinos y los de gel de silicona, se produjo un aumento del tamaño de la burbuja insignificante (entre 1% y 4%) dependiendo de la profundidad y duración de la inmersión.

El menor cambio de volumen se produjo en el implante relleno de salino, debido a que el nitrógeno es menos soluble en salino que en silicona. El tipo de relleno de salino-silicona mostró el mayor cambio de volumen, pero no es probable que dañe los implantes o tejido circundante. Si se llegan a formar burbujas en el implante, éstas desaparecen con el tiempo. Una vez que ha pasado un tiempo prudencial desde la operación, cuando la buceadora ha retomado las actividades normales y no hay peligro de infección, puede volver a bucear con equipo autónomo.

Los implantes de pecho no suponen un problema para el buceo desde el punto de vista de la absorción de gases o de los cambios de tamaño, y no son una contraindicación para la participación en el buceo recreativo con equipo autónomo. Es recomendable evitar los chalecos hidrostáticos con bandas que compriman el pecho, ya que pueden apretar indebidamente las suturas y contribuir al riesgo de rotura.

Consideraciones adicionales: Los implantes rellenos con salino tienen flotabilidad neutra. Los implantes de silicona, sin embargo, son más pesados que el agua y pueden alterar la flotabilidad y postura (posición) en el agua, particularmente si son grandes. Un entrenamiento y un ajuste del lastre apropiados ayudarán a superar estas dificultades.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

MENSTRUACIÓN

¿Tienen las mujeres mayor riesgo de experimentar trastornos disbáricos (TD) cuando menstrúan?. Teóricamente, es posible que debido a la retención de fluidos y a la hinchazón de los tejidos, las mujeres sean menos capaces de deshacerse del nitrógeno en disolución. Sin embargo, esta teoría no está demostrada.

Un reciente estudio retrospectivo sobre un número considerable de buceadoras (956) con TD, demostró que el 38% estaba menstruando en el momento del accidente. Esto sugiere, pero no prueba, que las mujeres que toman anticonceptivos orales tienen un mayor riesgo de sufrir trastornos disbáricos durante la menstruación. Por consiguiente, puede ser recomendable que las mujeres que tengan la menstruación buceen de manera más conservadora, particularmente las que están tomando anticonceptivos orales. Es decir, realizar menos inmersiones, más cortas y a menor profundidad, y un mayor número de paradas de seguridad.

Otros cuatro estudios han aportado evidencias de que las mujeres tienen mayor riesgo de sufrir ataques de tiburones durante la menstruación. Hay pocos informes de ataques de tiburones a mujeres, y no hay datos que apoyen la creencia de que las mujeres con el período tengan mayor riesgo de sufrir ataques de tiburones, ya que el porcentaje de pérdida de sangre durante la menstruación es pequeño y se produce durante varios días.

También se sabe que muchas especies de tiburones no se ven atraídas por la sangre y otros desechos que se encuentran en el flujo menstrual.

En general, bucear durante la menstruación no parece que sea problemático mientras el ejercicio vigoroso normal no aumente los síntomas de la menstruación. Siempre que el ciclo menstrual no plantee otros síntomas y molestias que afecten a la salud, no existen motivos para que una mujer con la regla no bucee.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

SÍNDROME PREMENSTRUAL

Diversas investigaciones han demostrado que los accidentes, en general, son más frecuentes entre las mujeres durante el síndrome premenstrual, ya que éste incluye cambios de humor, irritabilidad, disminución de la vigilancia mental, tensión, fatiga, depresión dolores de cabeza, entumecimiento, hinchazón, sensibilidad en el pecho, dolores articulares y ansiedad de comer.

Se ha demostrado que el síndrome pre-menstrual grave exacerba los trastornos emocionales subyacentes. Si las mujeres sufren síndrome pre-menstrual, puede ser prudente que buceen de rforma moderada durante ese tiempo.

No existe evidencia científica, sin embargo, de que sean más subceptibles a los trastornos disbáricos o las lesiones por accidente de buceo.

DAN

http://www.diversalertnetwork.org/

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

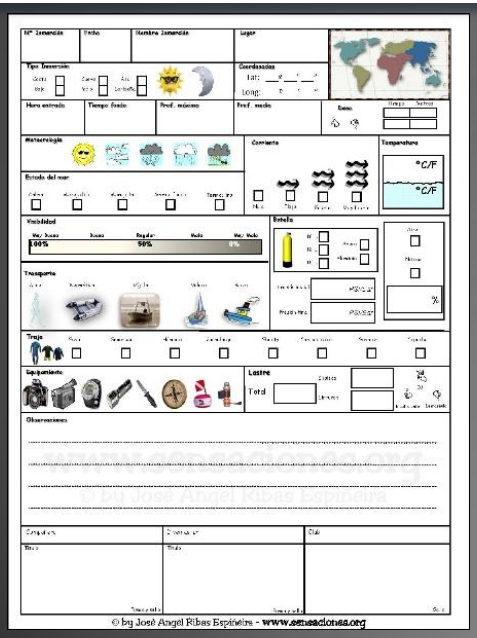
DiveLogBook

Intentando mejorar cada día y después de que un amigo me comentara sus problemas para encontrar un logbook siempre igual, en cualquier tienda o lugar del mundo, decidí preguntar por varios sitios la realidad de la utilización del Logbook por parte de los buceadores. Esto me llevó a recibir variados modelos y opciones, así como comentarios que hacía la gente al respecto de los mismos, mejoras, cosas a incluir o descartar.

Con toda esa información pude constatar que como decimos vulgarmente "a gustos... colores", pero una cosa estaba clara, el que lo hacía y lo rellenaba tenia dos perfiles claros. Apuntarlo todo, o apuntar lo básico.

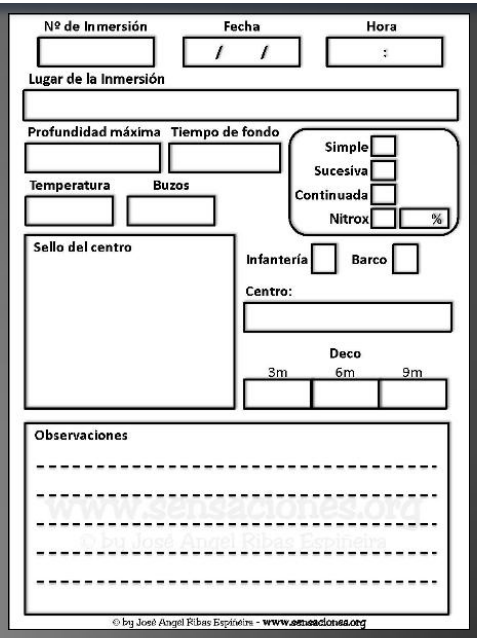
Con toda esta información he montado dos versiones diferentes de Logbook las cuales podréis descargar gratuitamente siempre que queráis desde esta página o desde el foro de sensaciones (http://www.sensaciones.org/forsensa) pulsando sobre las imágenes.

Esto os permitirá mantener el mismo formato de Logbook de vuestras inmersiones además de poder disponer de hojas adicionales siempre que queráis desde cualquier parte del mundo, con una simple conexión a Internet y totalmente GRATIS.



Disponible en:

Castellano
Inglés
Francés
Portugués



© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Guía para buscadores de Tesoros

por Ing. Guillermo Scionico

¿Qué buceador no ha tenido la fantasía de encontrarse con un galeón hundido repleto de doblones de oro y piezas de ocho?. Para aquellos donde anida esa luz de esperanza dedicamos esta guía. Pero antes debemos hacer una aclaración.....

Del libro "El Mundo Silencioso" de Jacques Yves Cousteau

"Las leyendas que hablan de tesoros hundidos son en un 99% patrañas y engaños, en los cuales la única riqueza por descubrir es la que pasa de manos del financista a las del promotor de la empresa.

El deseo de enriquecerse rápidamente y sin esfuerzo que casi todos sentimos nunca ha sido explotado de un modo más feliz que por parte de esos individuos aprovechados que hablan de tesoros hundidos mostrando amarillentos mapas de galeones naufragados. Por lo general encuentran siempre un auditorio crédulo y ambicioso, ya que quienes le prestan oídos aún conocen menos el fondo del mar que ellos. Una persona que se dedique seriamente al salvamento de barcos hundidos mantendrá sus actividades lo más secretas posible.

El mismo hecho de que se abran suscripciones públicas para financiar la recuperación de un tesoro ya demuestra de modo evidente que lo que se proponen los promotores, más que apoderarse del oro hundido, es pasar a sus bolsillos el dinero que hay en la superficie".

(páginas 108 y 109 del Mundo Silencioso)







© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

No podemos dejar más claros estos conceptos que los vertidos por el Capitán Cousteau. Hecha esta aclaración vayamos al detalle de nuestra guía.

Existen dos formas de hallar un tesoro. La primera es por azar, aunque muy poco científica no deja de ser una de las formas en que más se han encontrado tesoros. La otra es mediante una búsqueda exhaustiva en archivos y registros de: barcos naufragados, declaraciones de carga, de los sobrevivientes, de los cazadores de tesoros, etc.

Esto puede llevar años y no lograr resultados. También encuadrada en esta segunda es buscar en los naufragios ya encontrados y en los cuales nunca se han recuperado totalmente sus tesoros. Para aclarar esto vamos a dar dos ejemplos El Tesoro del Banco de Plata y el Tesoro de Porto Santo.

Un poco de historia.

En los siglos XVII y XVIII existieron rutas navegables muy importantes para el comercio con el Nuevo Mundo y Asia, estas rutas se conocían como la Ruta de la Plata y la Ruta de la Seda.

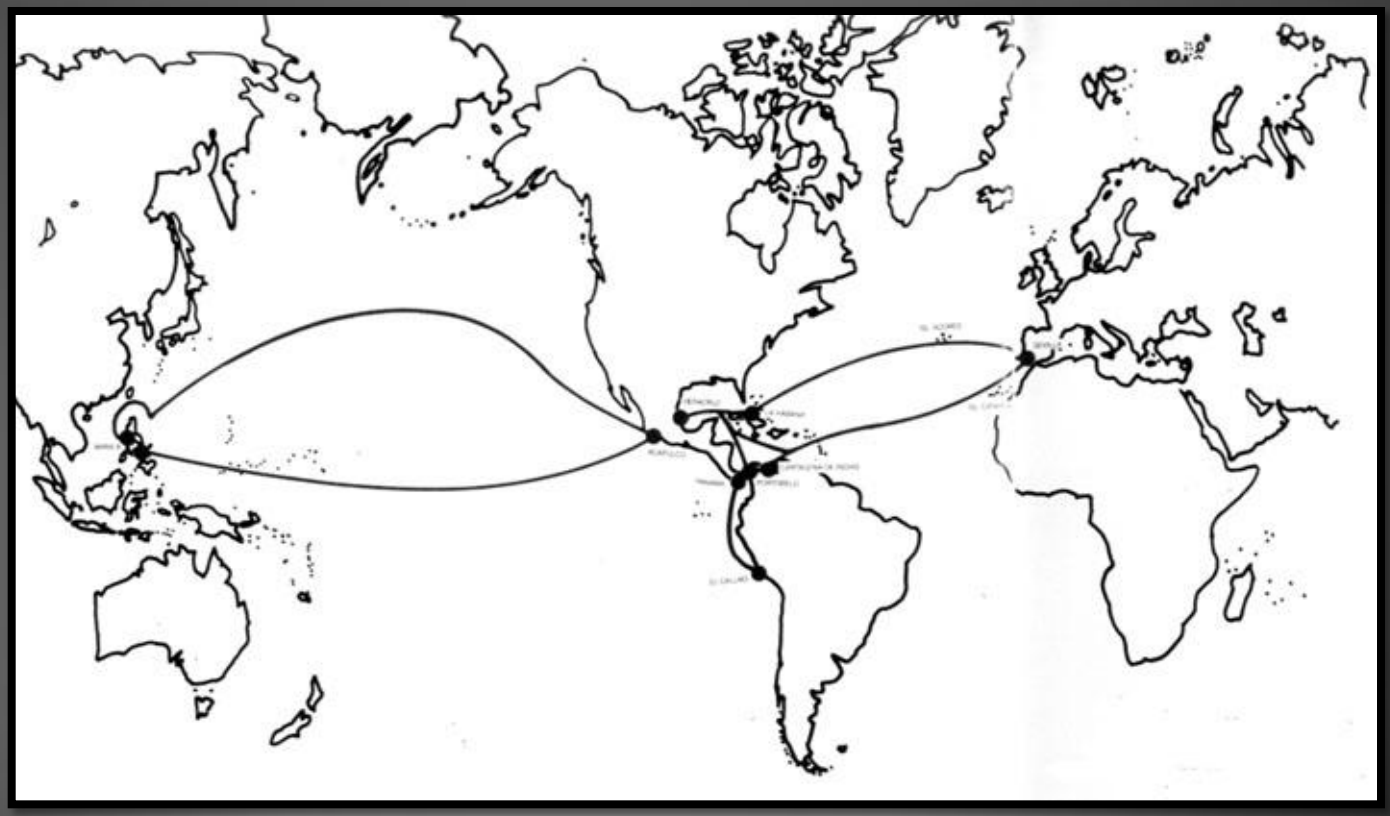


© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Flotas de Indias

Las potencias marítimas de Europa, no conformes con el reparto del mundo entre España y Portugal por el Tratado de Tordesillas de 1494, acosaron las rutas comerciales, obligando a las naves españolas a navegar en grupo y armadas. La Corona para garantizar el monopolio comercial, impide la libre navegación a las colonias americanas, dando forma definitiva a las Flotas de Indias por una Real Cédula de 1561 "…..partirían del Río de Sevilla, custodiadas por una Armada Real, haciéndolas escolta y guarda y traiga el tesoro nuestro y de particulares…"
Por supuesto que lo de tesoro nuestro, es decir de los Españoles es bastante discutible.



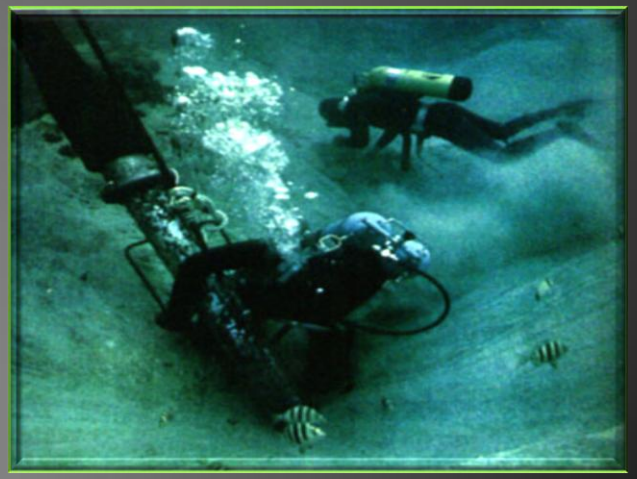
© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

En su punto más lejano esta ruta comunicaba Asia con Europa a través de Manila, que cruzaba el Océano Pacífico por el denominado "Mar español" hasta llegar a Acapulco, de allí por tierra hasta Veracruz donde se embarcaba para unirse con las otras naves en La Habana. Las riquezas del Alto Perú se embarcaban en El Callao hasta Panamá y de allí por tierra hasta Portobelo o Cartagena de Indias donde se volvía a embarcar hacia Habana.

Desde Habana se embarcaba a Sevilla en el Viejo Mundo. Toda esta ruta permitía llevarse las riquezas del nuevo mundo y traer los productos de España y Asia. Este sistema de comercio monopólico finalizará en 1778 con el denominado Reglamento de Libre Comercio. Por supuesto que tan grande era el contrabando en los Virreinatos que no les quedo a España otra que liberar el comercio. En nuestro Virreinato era común el contrabando a través de Colonia del Sacramento que pertenecía al Imperio del Brasil, como los barcos arribados al Puerto de Buenos Aires por problemas o para reparaciones. (un viejo ardid para traer contrabando). El mantenimiento de estas rutas durante más de dos siglos ha cubierto el planeta de numerosos naufragios, pasando a la mitología universal la imagen de galeones hundidos cargados de tesoros. Muchos de los naufragios son resultado de huracanes en lugares especialmente peligrosos para la navegación.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Entre los barcos que formaban la flota se encontraban galeones de diversa tipología. Abriendo la marcha estaba la Capitana que era el principal buque de la flota, tenía un porte cercano a las 800 toneladas, con 60 cañones y tropa de infantería, en ella se embarcaba el Capitán General y junto con la Almiranta que cerraba la marcha, formaban la principal escolta de la misma.

En estos se embarcaban la plata en el camino de regreso a España. Los demás buques iban entre estos llevando la mercancía, eran de 400 toneladas y llevaban menos cañones, los mejores armados y marineros iban a barlovento para sacar ventaja en el caso de combate. También había un navío pequeño y ligero, que servía de aviso para transmitir las ordenes y adelantarse para exploración.

El Banco de Plata

El primer wracker o buscador de tesoros, que encontró a Nuestra Señora de la Pura y Limpia Concepción fue William Phips un carpintero de la ribera de Boston que cansado de su trabajo se mudó al Caribe para dedicarse a la búsqueda de tesoros.


William Phips

Encontró algunos naufragios de poco valor y viajó a Inglaterra para lograr el apoyo del Rey Carlos II. Luego de 18 meses de espera logró ser recibido y obtuvo su apoyo a costa de un gran porcentaje de lo a obtener.

La base de los piratas y filibusteros en el siglo XVII estaba en Port Royal en Jamaica, y allí formo su primer expedición para la búsqueda de naufragios. El barco que encontró no tenía tesoro alguno y tuvo que superar un motín. Nuevamente en Port Royal se entero del Concepción. Como todo tesoro hundido cumplía con las reglas del folklore de los buscadores de tesoros: era el tesoro más grande jamás descubierto de un naufragio, la historia de su naufragio era....

© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

La flota de Indias de 1641 estaba formada por 8 galeones, además de 22 embarcaciones mercantes. Antes de marchar hacia España se habían descubierto vías de agua en 6 de los galeones, por lo cual debieron recalar en Habana para su reparación, todo esto hizo que la flota partiera atrasada y cerca de la época de huracanes (periodo de octubre a febrero).

Los tesoros reales y de los comerciantes más poderosos viajaban en las bodegas de la Capitana y en la Almiranta ***Nuestra Señora de la Pura y Limpia Concepción***. Este era un galeón mercante de 600 toneladas, convertido en galeón de flotas tras ser artillado con cañones de bronce y pertenecía a la Flota de Nueva España de Juan Campos.

El 30 de septiembre se enfrenta con un huracán en el estrecho de la Florida que lo saca de rumbo y lo empuja hacia el sur. En poco tiempo todos los buques naufragan salvándose solo la capitana y almiranta. La Concepción navega anegada, sin arboladura, ni anclas.



La tripulación trata desesperadamente de achicar el agua de las bodegas. Durante una noche es arrastrada por la corriente a unos arrecifes donde encalla cerca de 50 millas de la Hispaniola, (actual Haiti), era el 31 de octubre. La tripulación logra liberar la nave empujando con los cabos de fondeo pero un nuevo viento norte lo arroja hacia el arrecife, perforándose mortalmente el casco. Este queda atascado en el coral, es arrojada la carga y tesoros para aligerarlo y marcar el lugar de siniestro, Esto es lo que da en nombre del **Banco de la Plata**. Al poco tiempo se parte la popa. De los 600 tripulantes la mayoría logra llegar hasta un islote de arena, donde con los restos del naufragio se arman balsas donde unos 200 sobrevivientes se embarcan hacia Santo Domingo, muy pocos logran llegar.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Rápidamente se arma la flota de rescate que se retrasa por mal tiempo. Cuando llegan a la zona no encuentran sobrevivientes, ni ningún rastro del naufragio. Durante más de 20 años se realizaron 16 expediciones de rescate. Ninguna pudo encontrar nada, los filibusteros tampoco.

Un error humano

Los dos pilotos del barco sellaron su destino y del Concepción por un error de navegación. Creyendo estar al norte de Puerto Rico, navegaron hacia el sur, no atendiendo a las instrucciones de Capitán General, Almirante Juan de Villavicencio. Este consideró acertadamente que se encontraban al norte de los peligrosos bancos de arrecifes y ante la tripulación dejo en las manos de los pilotos la decisión del barco. Por supuesto que fue un gran error. En esa época era difícil tener buenos navegantes y gran parte de los naufragios se deben a errores de navegación. (En otra nota vamos a comentar el caso De la Purísima Concepción ocurrido en Nuestras aguas de la Tierra del Fuego, muy cara a mis recuerdos).

Volviendo a Willian Phips, este se embarco en la búsqueda del Concepción era 1684, sufrió nuevamente un motín que también superó y decidió completar la marinería en Inglaterra. Pero allí Carlos II había sido sucedido por su heredero Jaime II, que encarceló a Willian por farsante y haber malgastado el dinero del Reino. Pasaron muchos meses hasta que lo pusieron en libertad y pudo convencer al nuevo soberano de las bondades de su empresa. Ya en 1686 navegaba hacia el Banco de Plata con buceadores africanos capaces de llegar hasta los 30 metros de profundidad. Pasó meses trabajando hasta el agotamiento hasta que un día salió a superficie uno de sus buceadores con las manos repletas de piezas de ocho. Por fin lo había logrado y no pudo evitar el largarse a llorar.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Se extrajeron 32 toneladas de plata, gran cantidad de oro, cajas llenas de perlas y estuches de cuero con valiosas joyas, hasta que el mal tiempo y la falta de provisiones lo llevaron a finalizar el rescate. El rey de Inglaterra le otorgó títulos de nobleza Y el entonces Sir William Phips fue gobernador de la Colonia de Massachussets.

Una Nueva etapa

Otros buscadores de tesoros han regresado al Banco del Plata. En 1978 Burt Weber y luego en 1995 Tracy Bowders, han retornado a desenterrar más tesoros.





Se han encontrado:

- Lingotes de plata de 14 libras
- Platos y vajilla de plata
- Monedas de ocho (tienen un peso de 27 gramos en plata)
- Joyas de oro con esmeraldas
- Cadenas de oro.

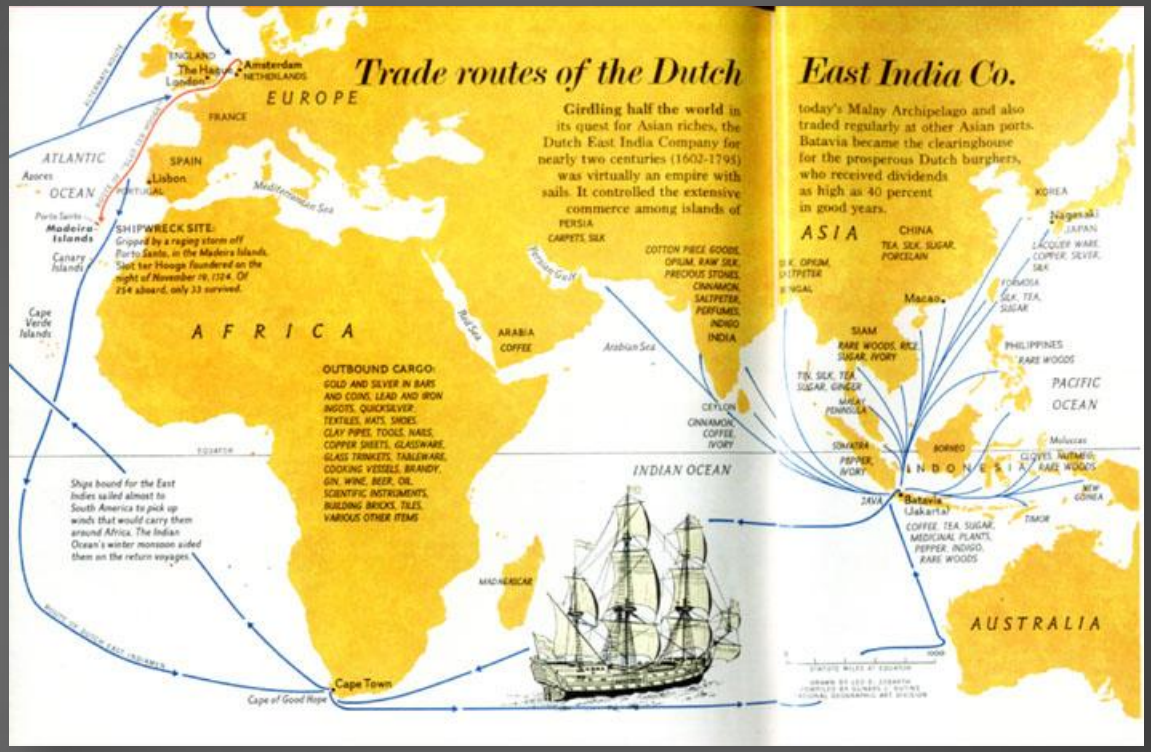
© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Seguimos con este compendio de nociones sobre navegación, barcos, arqueología, historia, conocimientos técnicos y de buceo que se utilizan para la búsqueda de naufragios. En este caso comentaremos la búsqueda de un buque de la Compañía Holandesa de las Indias Orientales

El Tesoro de Puerto Santo

La historia comienza en 1724 cuando un nuevo buque el ***Slot Ter Hooge*** (Castillo de Hooge un lugar en Bélgica) de la Compañía Holandesa de Las Indias Orientales, parte de Holanda hacia Batavia en las Indias Holandesas (actual Yakarta), transportando 3 toneladas de lingotes de plata y cuatro cofres de monedas. Este dinero se llevaba para comerciar con las colonias holandesas (un monopolio similar al de España y demás potencias de la época).



© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Fuera de las costas de Portugal se encuentra con un viento muy fuerte de Atlántico que lo empuja hacia las Islas Madeiras. Finalmente durante la noche la tormenta arroja al ***Slot Ter Hooge*** a un a pequeña isla denominada Puerto Santo. De los 254 pasajeros solo pueden salvarse 33. Lo escarpado de la caleta donde se hunde el barco en su búsqueda de protección hace que sea muy difícil para la mayoría de los tripulantes el poder hacerse de tierra.



La búsqueda

Como siempre en toda búsqueda existe además de tenacidad y conocimiento un factor suerte que puede hacer inclinar la balanza hacia el triunfo. Los que alguna vez hemos buscado algo en la inmensidad del mar lo sabemos muy bien. En el caso del barco Holandés, la búsqueda comienza en los archivos nacionales en The Hague Holanda por el buscador de tesoros Robert Stenuit. Se encuentra el reporte del Primer Teniente Beartel Taerlink (quien quiera buscar algo similar en nuestro país debe hacerlo en el Archivo General de la Nación, ya volveremos sobre este tema en otra nota). Quien da detalles del naufragio y detalla una carga de 15 cofres con barras de plata y otros con monedas de piezas de ocho y monedas holandesas, además de importantes efectos personales. Este reporte se envía al cónsul Holandés en Lisboa, Capital de Portugal donde pertenece la isla. Además se menciona la posibilidad de rentar los servicios de John Lethbridge.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Máquina de bucear de Lethbridge

Quién conozca algo de historia del buceo debe conocer la máquina creada por este buscador de tesoros e inteligente diseñador. Esta máquina de buceo constaba de un cilindro de madera reforzado con anillos de hierro donde ingresaba el buceador. Tenia una ventanilla de vidrio y mangas selladas donde podía sacar los brazos para trabajar. Era un antecesor de los submarinos personales Yim. Se bajaba con un sistema de guinche sobre el naufragio y tenia una capacidad de 35 minutos de buceo y llegaba hasta los 12 fathoms (12 brazas, alrededor de los 21 metros). En superficie se lo bombeaba para drenar el agua y aumentar su capacidad de buceo. Este informe era muy importante, pero era historia que John Lethbridge había sido contratado y estuvo 5 años sacando objetos del naufragio.

Lo que no se sabía era si había recuperado todos los tesoros y la posición exacta del pecio. (Por supuesto que ningún buscador de tesoros deja información clara de donde se encuentran los naufragios). No había información sobre esto, las cuales podían no existir o estar perdidas en la maraña de archivos no catalogados.

Esto produjo la pérdida de interés sobre el ***Slot Ter Hooge***.

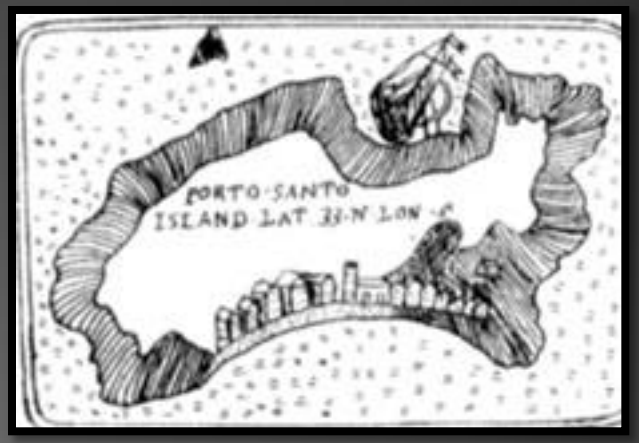
La suerte decide

En una visita a un colega buscador de tesoros en Londres, Stenuit se topa con una copia de unos grabados en un jarro de plata, que según el escudo de armas perteneció a Lethbridge. En el primer grabado figura un dibujo de la isla de Porto Santo donde en una caleta en la zona norte figura un naufragio. En el otro grabado figura un cilindro descendiendo en el agua (él que sepa leer entre líneas gana), este era la máquina de Lethbridge. Sin dudas este jarro había pertenecido a John y el primer grabado no era menos que el mapa disimulado indicando la posición del naufragio, estaba grabado una la posición latitud 33 norte , longitud 5 la cual por supuesto era errónea. (Quien alguna vez haya buscado un tesoro sabe de esto).

© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA





Con esto Stenuit viaja a Lisboa donde contrastó con mapas de la época el grabado hasta que encontró la Caleta, Era Porto Guilherme.



La suerte vuelve a ayudar a Stenuit pues al volver al archivo de la Hague encuentra el registro del barco, recién catalogado en la Cámara de Zeeland. Se había contratado los servicios de Lethbridge en 1725, justo un año después del naufragio. Se pagarían 10 libras esterlinas al mes más gastos y existía una posible bonificación a decidir por la Compañía Holandesa de las Indias Orientales. En su primer búsqueda recupera 349 de las 1500 barras de plata, la mayoría de las monedas de ocho y 1067 monedas holandesas de menor valor (dutch guilders), además de dos cañones. Retorna en 1732, en el 33 y 34 pero no fue muy buena la cosecha. Lo importante era que todavía quedaban en el fondo de 100 a 251 barras de plata.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

HISTORIA

Robert Sténuit llega a Porto Santo con un grupo de buceadores y en su primer buceo encuentra el ancla de hierro fundido del navío. Divide en zonas de búsqueda el fondo y encuentra barras de plata, considerable cantidad de monedas holandesas, vajilla perteneciente a los tripulantes y un cañon de bronce.







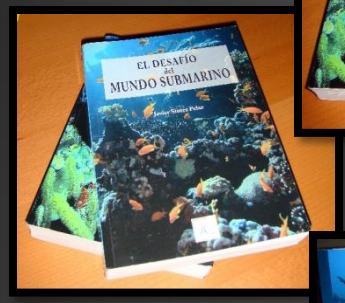
www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

EL DESAFIO DEL MUNDO SUBMARINO

Nuevo libro del escritor Javier Sintes Peláez



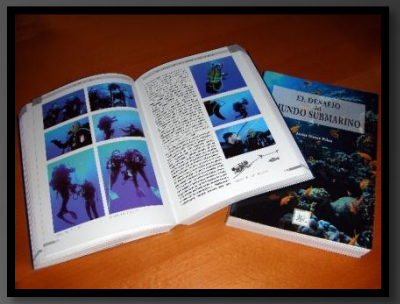




RESUMEN

Se trata de un extenso manual de submarinismo desarrollado para quienes deseen iniciarse en alguna de las modalidades que se exponen.
Está especialmente indicado para quienes deseen inscribirse en un curso de apnea, de pesca submarina o de buceo con escafandra autónoma con la finalidad de que comprendan perfectamente lo que van a conocer durante el aprendizaje elegido.

Autor: Javier Sintes Pelaz
Tamaño: 23 x 16 cms.
Formato: 2 tomos retractilados
Encuadernación cosida
Peso total : 2. 3 kilos
Paginas: 935
Papel: couché satinado
Tapas: Blandas plastificadas con solapas
Imágenes ilustradas: 345
Imágenes en blanco y negro: 503
Imágenes en color: 1038
Total imágenes: 1.886





Consta de 7 secciones

En el primer tomo se comenta:
Historia del buceo
La apnea
La pesca submarina

En el segundo tomo se comenta:
Buceo con escafandra autónoma
Fotografía y video submarino
Miscelánea
Guía submarina

Precio de venta recomendado: **56€**
De venta en tiendas especializadas, C.Inglés, Fnac, Casco Antiguo, Alpha subacuatics, etc.

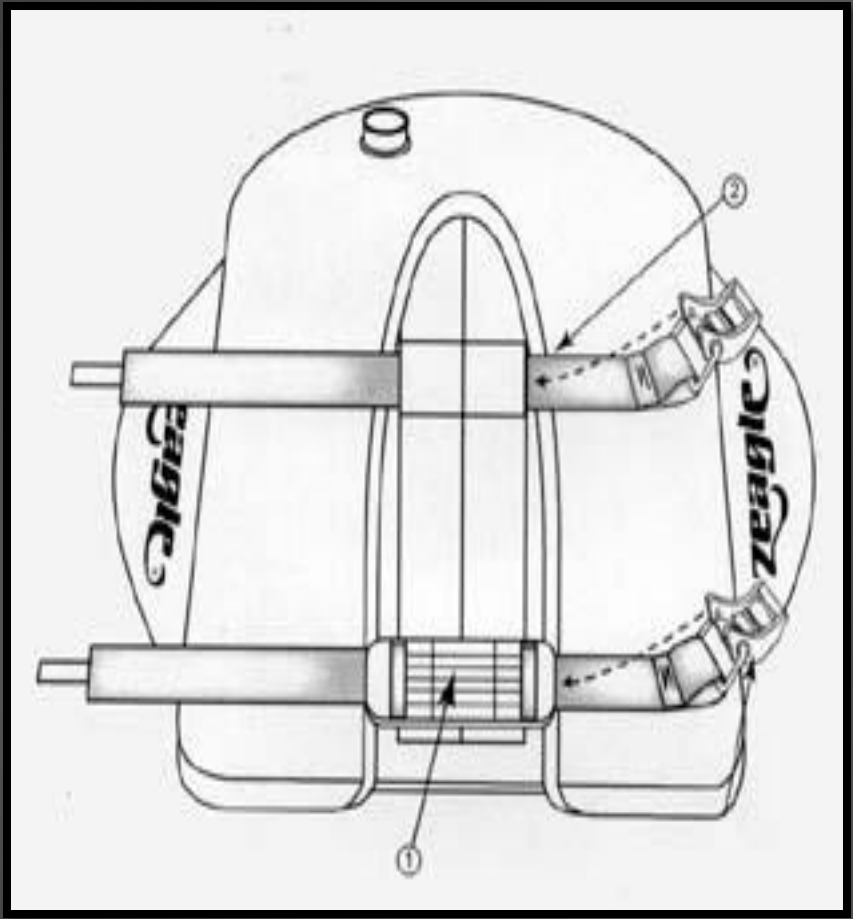
PRECIO ESPECIAL PARA LOS LECTORES DE SENSACIONES 40€ en el FORO DE SENSACIONES

© by José Ángel Ribas Espiñeira

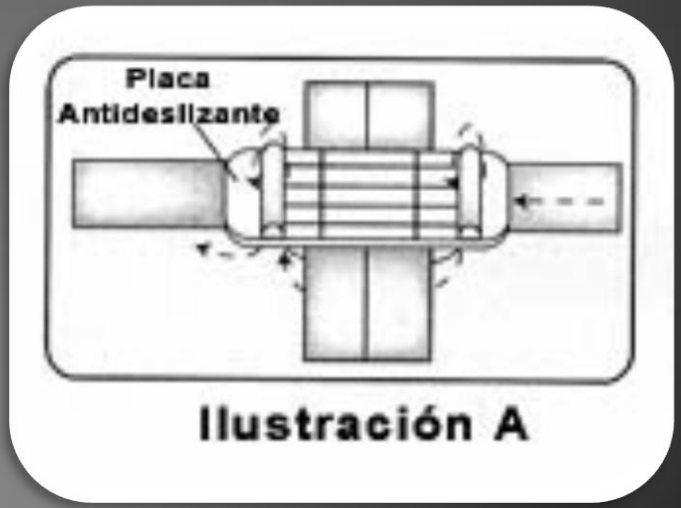
FORMACIÓN

Montaje de la hebilla de la botella

Siempre encontramos buceadores que tienen problemas con el armado de la hebilla que sujeta el tanque. Aquí presentamos un pequeño manual de cómo se realiza dicho montaje.



1. Pasar la correa a través de la placa antideslizante y de la ranura inferior del backpack, según la ilustración A.
2. Pasar la correa a través de la ranura superior del backpack.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN



Ilustración B

3. Pasar las correas en la hebilla siguiendo la ilustración B.
4. Pasar primero por la ranura central
5. Pasar a través de la ranura más cercana a la anilla metálica.
6. Tirar para ajustar la correa al tanque.
7. Pasar la correa a través de la última ranura de la hebilla.
8. Chequear que la botella quede alineada con el chaleco .
9. Ajustar la correa
10. Cerrar la hebilla para ajustar la botella

© by José Ángel Ribas Espiñeira

CONSEJOS SOBRE SEGURIDAD EN EL BUCEO

ANTES de BUCEAR:

- Realiza un curso de buceo con un Instructor titulado.
- Asiste a cursos de actualización, rescate y Primeros Auxilios con Oxígeno en los Accidentes de Buceo.
- Efectúa un reconocimiento médico con un especialista en medicina de buceo una vez al año.
- Lleva siempre un kit de suministro de Oxígeno o comprueba que haya uno a bordo.
- No olvides seguro de buceo ni comprobar su caducidad.
- Planifica un día de descanso cada 3 - 4 de buceo.
- Come y bebe adecuadamente evitando el alcohol.

DURANTE LA INMERSIÓN:

- No bucees nunca sólo o sin apoyo en superficie.
- Ten en cuenta las corrientes o el estado de la mar.
- Utiliza boya, chaleco hidrostático, manómetro, profundímetro, reloj y lleva siempre las tablas de buceo.
- No bucees como un Yo – Yo.
- No asciendas a más de 9 - 10 metros por minuto, y si es posible, sube más despacio en los últimos metros.
- No retengas nunca la respiración durante el ascenso.
- Realiza siempre una parada de seguridad de por lo menos 5 minutos a una profundidad entre 4 y 5 metros.

DESPUES DE CADA INMERSIÓN:

- Protégete de la pérdida de calor con prendas adecuadas.
- En caso de que sospeches un accidente disbárico, nunca intentes realizar la descompresión en el agua.
- Evita el esfuerzo excesivo.
- No subestimes la aparición, aunque sea tarde, de cualquier síntoma después de una inmersión y llama al especialista para evaluar la situación.
- Deja un intervalo de tiempo adecuado después de la última inmersión antes de volar. Sigue las recomendaciones:
    - por lo menos 12 horas después de una inmersión simple
    - por lo menos 24 horas después de inmersiones sucesivas o con descompresión.

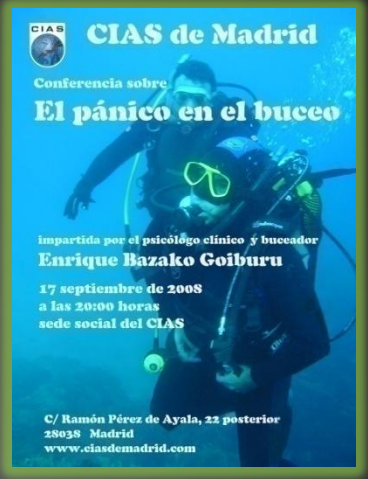
www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

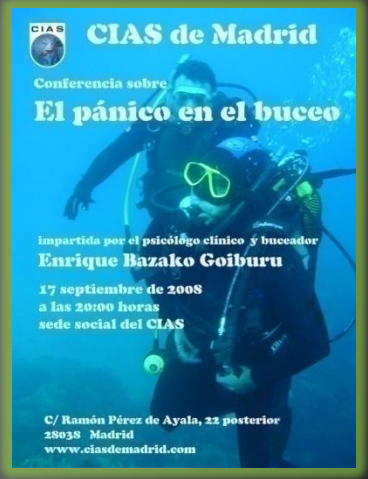
Conferencia sobre EL PANICO EN EL BUCEO

Una correcta formación es imprescindible para evitar los percances durante la inmersión. Son pocos los accidentes que conlleva la práctica del buceo, aunque muchos de ellos son graves y parece que en torno al 10% son mortales. La causa principal de muerte es el ahogamiento. Sin embargo, este es el desenlace final de un problema que ha ocurrido minutos antes...



En la actualidad se estima que el riesgo en buceo es más psicológico de lo que se afirma, ya que una elevada proporción de accidentes son atribuibles no a fallos materiales del equipo sino a errores humanos, cuya causa inicial puede estribar en una pérdida de autocontrol asociada posteriormente con fatiga y agotamiento físico.

El club CIAS de Madrid, tiene programadas una serie de conferencias a desarrollar en su sede social, c/Ramón Pérez de Ayala, 22 Madrid, todos los meses. En el mes de septiembre, se impartirá una muy interesante conferencia sobre el Pánico en el Buceo. D. ENRIQUE BAZAKO, psicólogo clínico y buceador, . MIEMBRO DE LA SOCIEDAD ESPAÑOLA PARA EL ESTUDIO DE LA ANSIEDAD Y EL ESTRÉS (SEAS), , nos brindará la posibilidad de adentrarnos en ese complejo mundo de la psicología aplicada al buceo.

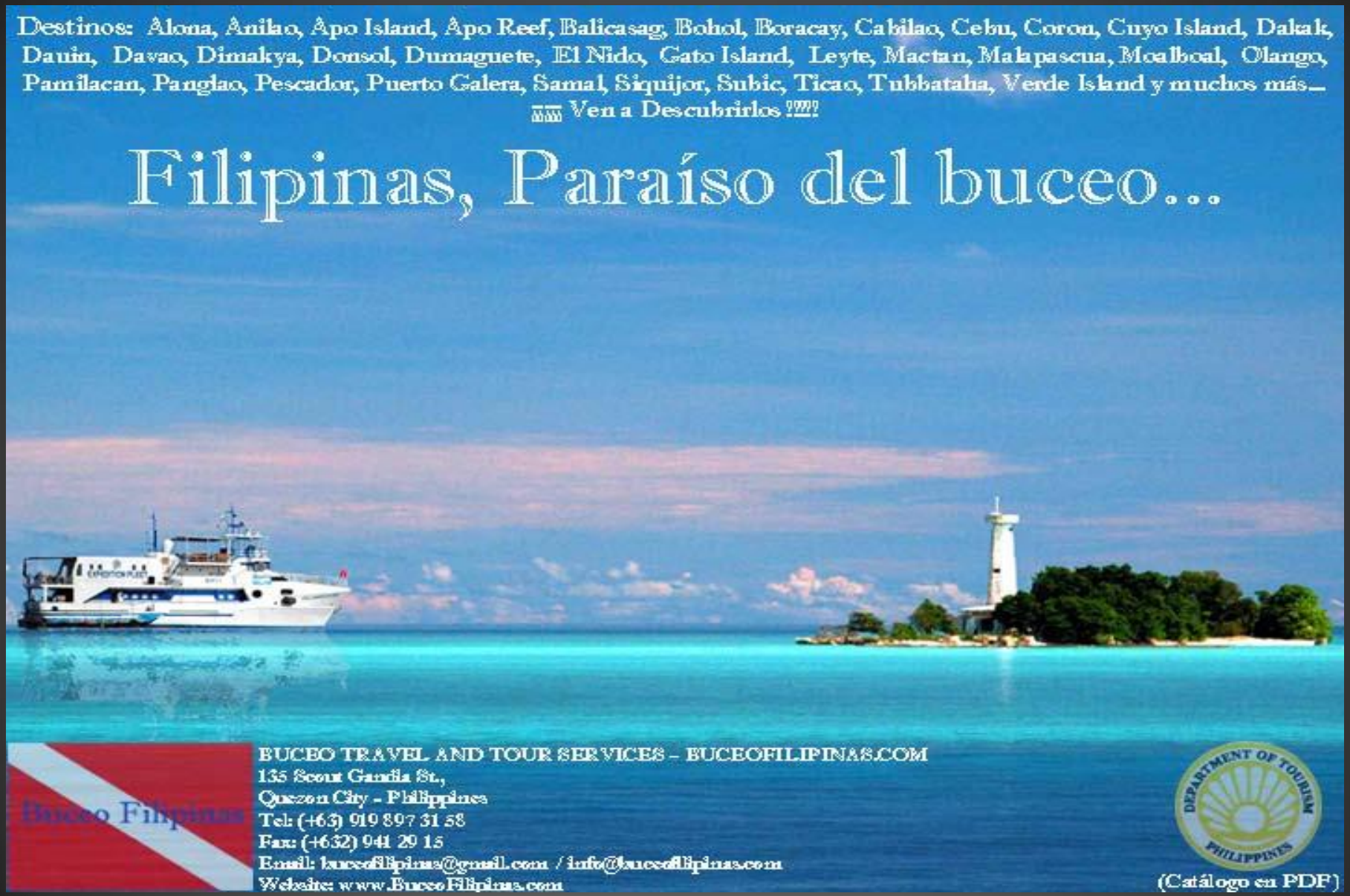


Todos hemos sufrido alguna vez un episodio de pánico bajo el agua. ¿cómo lo detectamos? ¿cómo lo evitamos? ¿qué hacer si ocurre?
La conferencia se desarrollará el dia 17 de septiembre de 2008 en la sede social del CIAS, C/ Ramón Pérez de Ayala, 22. Madrid, a las 20:00 horas.

Más información en la web: www.ciasdemadrid.com

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

DAVID BARRIO Y LUISA QUINTANILLA, GANADORES DE LA DUODÉCIMA EDICIÓN DEL OPEN FOTOSUB ISLA DE EL HIERRO

La pareja grancanaria hizo doblete al alzarse también con el premio al mejor modelo

En las dos primeras mangas de esta edición, la pareja formada por David Barrio y Luisa Quintanilla, ya despuntaba como uno de los tres equipos favoritos pero nunca tuvieron la suerte de ser los primeros. Hasta que el jurado falló esta mañana tras la deliberación de la última manga, que debían ser los grancanarios quienes se llevaran a casa los 7000 euros en metálico del primer premio a la mejor colección de fotografías.



Además el premio al mejor modelo, que otorga mil euros, también fue a parar a sus manos. Se marchan a Gran Canaria con un inmejorable sabor de boca máxime cuando en la edición pasada estuvieron, con el segundo premio, a punto de obtener el máximo reconocimiento.

Arturo Telle, el más veterano de los participantes con el modelo Carlos González, había sido el campeón del Open herreño durante los dos últimos años y se había perfilado como uno de los favoritos pero en esta ocasión tuvo que conformarse con la segunda plaza que concede 5000 euros.

El ganador de la segunda manga, Eduardo Acevedo acompañado por Raúl Saavedra descendió hasta el tercer premio que recibe 3500 euros.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

No se fueron de vacío ni el equipo integrado por José Ángel Fernández y Amparo García ni el de Juanmy Alemany y David Acuña que fueron agraciados con el cuarto y quinto premio a la mejor colección y que reparte 1500 y 1000 euros respectivamente.

El premio a la mejor Foto Ambiente, valorado en 1000 euros recayó sobre Juanmy Alemany y David Barrio y la mejor Foto Macro sobre Ángel Fernández y Amparo García. Carmelo Andrades y Esther Torrent fueron condecorados con el premio Fito Herzog, a la foto más representativa de los fondos de El Hierro, que consigue un lote de material de buceo.





www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

La clasificación definitiva se hizo pública en el marco de una gala que lució por su brillantez, donde hubo música en directo, un complejo y emotivo montaje audiovisual con los fondos marinos como protagonistas, y un cálido homenaje a todos los que han conseguido situar a este certamen en la cúspide de los abiertos más importantes de Europa.

Más de una decena de medios de comunicación especializada de interés nacional y europeo se desplazaron hasta la isla para cubrir el evento deportivo más importante de El Hierro atraídos por su fama de fondos muy particulares del todo merecida.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

El tiburón Blanco - Del mito a la película

El tiburón blanco es uno de los tiburones que mayor distribución tiene, gracias a su inusual habilidad de mantener la temperatura de su cuerpo más alta que la del ambiente que le rodea, permitiéndole sobrevivir felizmente en aguas muy frías.

A pesar de que extrañamente puede ser visto en áreas costeras, a menudo se topa con botes de pesca y buceo y es conocido por su curiosidad: el tiburón blanco alza a menudo su cabeza sobre el agua y, lo más preocupante para los humanos que estén en el agua, explora con mordiscos los objetos que no le son familiares.

Muchos biólogos de tiburones creen que los ataques a humanos son el resultado de una conducta exploratoria, que puede ser fácilmente fatal gracias a lo increíblemente afilados que están sus dientes y a la fuerza de su mandíbula. Los tiburones blancos son responsables del mayor número de ataques fatales a humanos, particularmente entre surfistas y buzos.

Tamaño máximo: 6,1 mts por lo menos / 1.250 kg promedio pero el record es de1690 kg , se encuentran en los mares tropicales y templados de todas partes del mundo.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Datos curiosos:
Descubrieron que al tocar la nariz del tiburón blanco, este tiene un acto reflejo de abrir la boca y cerrar los ojos, esto fue descubierto en Sudáfrica en una isla la cual posee numerosa población de lobos marinos, y la caída abrupta del lecho marino, genera un anillo alrededor de la isla formando, el "anillo de la muerte" en el que una veintena de tiburones blancos visita por día para poder atrapar los lobos marinos que salen de la isla a mar abierto.

Acechan desde el fondo aprovechando el color gris del lomo, para mimetizarse del fondo rocoso y se lanzan hacia la superficie para llegar a atrapar o mal herir su presa, golpeándola y saliendo con su cuerpo entero del agua



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Esta especie dio vida a "Tiburón" la película de Spielberg en 1975.

Tiburón trajo estas historias a la vida para millones de personas en el mundo, recordándoles que realmente hay terrores acechando en nuestros océanos.

A diferencia de las clásicas películas de horror, cuyo poder de sobresalto está más basado en la imaginación, Tiburón se basó en la realidad. Mientras que el pez que aterró Amity Island realmente nunca existió, el tiburón blanco de 5,3 mts (17 pies) y 4.550 (2.063 kg) libras que inspiró la historia original de Peter Benchley, sí existió.

La serie de ataques fatales de New Jersey en 1916 indudablemente ocurrieron –aunque sin los medios actuales de comunicación que los reportara a un público de ojos muy abiertos.

Y el hundimiento del USS Indianápolis en 1945 –un suceso memorablemente descrito por el personaje de Quint de la primer película de Tiburón –resultó en las muertes de tal vez cientos de marinos norteamericanos, relacionadas con tiburones.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA





Ha habido incidentes aislados en los cuales el mismo tiburón es sospechado de matar a más de un humano, incluyendo los ataques de Jersey en 1916, que inspiraron parcialmente el guión original de Tiburón. Pero existen pocos reportes confiables de tiburones atacando embarcaciones, un tema recurrente en las películas.

Aunque los tiburones blancos son capaces de una agresión enorme, este comportamiento está reservado para las presas, más que para los objetos inanimados –y no existe evidencia de que hayan aprendido a asociar la presencia de embarcaciones con las personas dentro de ellas.

Se dice que el tiburón de la primer película medía 7,5 mts de largo –más grande que cualquier tiburón blanco científicamente confirmado, pero se han registrado tiburones de más de 6mt de largo y 1600kg.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

El de la película tiburón 3D media 10.7 mts (35 pies) lo cual escapa de toda realidad Si bien están protegidos ya que están en peligro de extinción, su boca es usada como "trofeo", acá les dejo la imagen de una pesca accidental de este tiburón blanco de 1,584kgs según dice la nota, Great White Surprise y es del 21 de octubre del 2005



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

Sistema de noticias RSS en el foro de SENSACIONES

Amigos y Amigas, ya podéis disfrutar de todas las noticias de SENSACIONES a través del sistema RSS de lectura de noticias, sólo subscribiéndoos a aquellos foros que os interesen.
Para aquellos que tengáis Outlook 2007, podéis recibir las noticias directamente a través del mismo, sin tener que visitar el foro.

Para aquellos que tengáis Windows Vista, tenéis el Windows Sidebar, esa barra que aparece a la derecha del escritorio. Si no tenéis añadido el gadget de noticias podéis añadirlo pulsando en el icono inferior de la Windows Sidebar y seleccionando Añadir Gadget. Tambien podéis pulsar sobre el botón con el símbolo "+" de la barra y añadir gadget. Elegir el gadget "Encabezados de la fuente". Así os mostrará todas las fuentes RSS a las que estéis subscritos.

Esperamos que os guste esta iniciativa.

El equipo de
www.SENSACIONES.org





© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

LAS ISLAS FILIPINAS

"artículo de Buceo Filipinas para la revista SENSACIONES"

(Tercera parte)



PUERTO GALERA

Un poco más alejado de Anilao, a menos de 1h en ferry desde el Puerto de Batangas, se encuentra **Puerto Galera**, un puerto natural con preciosas playas, calas y frondosos bosques. Puerto Galera ha crecido hasta convertirse en un edén para buceadores debido a su biodiversidad. Se conocen más de 40 sites y es un lugar excelente para los amantes de la fotografía submarina.

La temporada ideal va de Marzo a Octubre, aunque se puede bucear prácticamente todo el año.

Los sites van desde 5 hasta 40 metros con una agradable temperatura del agua que oscila entre 26 y 29ºC. La marea oscila entre 10cm y 2m y existen corrientes considerables en algunos lugares. La visibilidad oscila entre 20-35m.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

En el pecio del arrecife de la casa, se encuentran abundantes peces tipo pez murciélago, pez ángel, pez cirujano, napoleones, mariposas, arlequines, peces rana de al menos 5 colores diferentes, etc.

Es un lugar muy visitado por biólogos marinos debido a la gran cantidad de especies coralinas, gorgonias, crinoideos, esponjas, crustáceos, gambas, nudibranquios, etc. La UNESCO declaró esta zona Centro de Investigación y Reserva Marina en 1974.

Lugar principal para la práctica y aprendizaje del buceo técnico, donde en el año 2001 John Bennett superó su propio record bajando a los prodigiosos 308 metros.

Fotografías de Puerto Galera y Atlantis Resort





© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

MANILA CHANNEL

Excelente para los principiantes, este buceo sigue hermosos corales a lo largo del borde de una pared poco profunda. Hay varios tipos diferentes de anémonas con peces payaso, peces león, estrellas de mar, gusanos de árboles de navidad y montones de pequeños coloridos peces de arrecife.

CORAL GARDEN

Otro buen buceo para principiantes también ofrece la posibilidad de snorkeling. El terreno se caracteriza por repisas desde la playa a 10m (32ft) con un montón de corales, suaves y pedregosos con grandes cabezas de coral. Lleno de grietas con morenas y ocasionales jóvenes tiburones de puntas blancas de arrecife.

BATANGAS CHANNEL

Un gran buceo en corrientes, hay abundantes carángidos, labios dulces, pargos y fusileros. Hay varios pequeños peces de arrecife, rayas y ocasionalmente tiburones de puntas blancas o grises de arrecife.

SWEETLIP CAVE

Un inolvidable sitio de buceo para los buceadores experimentados. Esta cueva es en realidad una caverna que tiene un túnel con pasadizos hacia fuera, que le llevan de vuelta al arrecife. Un banco de labios dulces está siempre allí para darle la bienvenida al final del túnel.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

LA LAGUNA POINT

Profundidad 8-16m de (25-50 pies). Corta pared con muchos hermosos corales, mezclados con pequeños peces de arrecife, nudibranquios, anémonas y coloridos crinoideos

ST-CHRISTOPHER WRECK

Profundidad: 15-22m (48 - 70ft). Un viejo barco de carga de madera utilizado para transportar cerveza San Miguel de Manila a Puerto Galera, que se encuentra en posición vertical sobre un fondo arenoso. Muchos peces león, pargos y una variedad de peces de arrecife.

SABANG WRECK y CHUCK'S WRECK

Profundidad: 14-22m (45-70ft) A un minuto nadando desde cada uno, estos dos pecios yacen sobre un fondo de arena blanca. Un banco de peces murciélago y cirujanos esperan ser alimentados, siendo los plátanos su plato favorito. Peces león, morenas y los arrecifes más pequeños se encuentran en abundancia. También en las cercanías se encuentran los restos de un avión de combate japonés (Cero), un buen lugar para encontrar peces rana.

SABANG POINT

Profundidad: 5-24m (16-76ft). Un hermoso muro que cae a 24m (76ft) con corales pedregosos, corales blandos y montones de peces e invertebrados. Una cresta que llega desde la pared, esta cubierta de corales y aún más coloridos crinoideos. Buen sitio para buceo nocturno.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

MONKEY WRECK
Profundidad: 35-40m (115-130pies) Esta es una gran bajada para el buceador avanzado. A 20m (65ft) de se encuentra un trasbordador (barco de cerdo) que se hundió en 1993. Tiene un montón de corales blandos y es el hogar de murciélagos, pargos, labios dulces y rayas.

MONKEY BEACH
Profundidad: 5-22m (17-70ft) Una magnífica pared de coral desciende a 22m (70ft) para un buen buceo placentero. Está cubierta de pequeñas cabezas de coral, que son el hogar de crinoideos, nudibranquios, un par de tortugas y un montón de coloridos peces de arrecife.

DUNGEON WALL
Profundidad: 10-30m (33-100pies) Para un espectacular buceo en corriente. Abundan los peces, con manadas de cirujanos, unicornios, fusileros y carángidos así como otros pequeños peces de arrecife. Lleno de corales, esponjas y pequeños abanicos de mar.

SKY DIVE
Profundidad: 5-27m (17-90ft) Para un buceo absolutamente espectacular. Completamente cubierto de corales que incluyen grandes mesas de coral, boulder y gusanos árboles de Navidad, esponjas de color azul y amarillo, grandes esponjas de barril, nudibranquios y coloridos crinoideos. Puede ver meros, peces globo y peces trompeta, carángidos pargos, fusileros, labios dulces, ídolos morunos y peces león.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

HOLE IN THE WALL

Profundidad: 10-20m (33-65ft) para seguir las corrientes, los buceadores bajan hacia las mesas de coral tan increíbles como en cualquier otro de los sitios mundialmente conocidos, llegando al "agujero en el muro" que se nada a través. La zona esta repleta de una variedad de peces de arrecife, peces ángel y peces mariposa. Labios dulces, peces trompetas, leones, morenas, loros, carángidos además de algunos atunes y meros.

THE CANYONS

Profundidad: 24-35 (80-120ft) Deriva pasado el agujero en el muro y se encuentran en una serie de cañones. Un trabajo en equipo de buceo de alta tensión con casi todo tipo de peces de coral y vida imaginable… Celebrar y ver el show…. Se trata de un buceo de clase mundial.

THE FISH BOWL

Profundidad:40-45m de (130-145ft) Otro sitio de buceo para los experimentados. Este sitio tiene forma de tazón con casi de todo y en cantidad. La razón principal de esta inmersión sin embargo, es ver a los peces más grandes y ocasionalmente tiburones martillos, grandes atunes, barracudas, meros y carángidos.

SHARK CAVE

Profundidad: 25-30m (80-95ft) Esta es una pendiente donde descansan los tiburones puntas blancas de arrecife durante el día. Cerca se encuentra un atolón en forma de roca, donde los tiburones martillos y ocasionales tiburones ballena se pueden ver.

KILIMA DRIFT

Profundidad: 10-30m (33-95ft) Se trata de un estimulante buceo en corriente de 1,5 kilómetros. Podrás navegar pasado cañones y paredes cubiertas de coral, a través de las escuelas de barracuda, carángidos, atunes y pequeños peces de arrecife.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO



VERDE ISLAND DROP OFF

Profundidad: 5-65m (15-200ft) Situado a unos 30 minutos de distancia en barco. Verde es una espectacular pared con grandes corales blandos, gorgonias y los peces que puede esperar en una situación como esta. De clase mundial.

DRY DOCK

Profundidad: 24-30m (80-100pies) Hundido en 1998, esta es una enorme construcción en acero que se encuentra sobre un fondo arenoso. Junto con 2 arrecifes de coral cercanos que trabajan en equipo con la vida marina. Uno de los principales lugares de interés para encontrarse con una barracuda gigante que reside aquí.

THE ALMA-JANE WRECK Nuevo!

Profundidad: 25-30m (66-100pies) Hundido en 2003, este es un Buque de acero de carga a más de 30 m (99ft) de longitud. Se encuentra en posición vertical, que nos permite el fácil acceso a la dotación del buque. Lo convierte en un maravilloso pecio para nadar a través! Grandes pargo, leones y murciélagos son solo algunas de las criaturas que se encuentran en el Alma-Jane.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

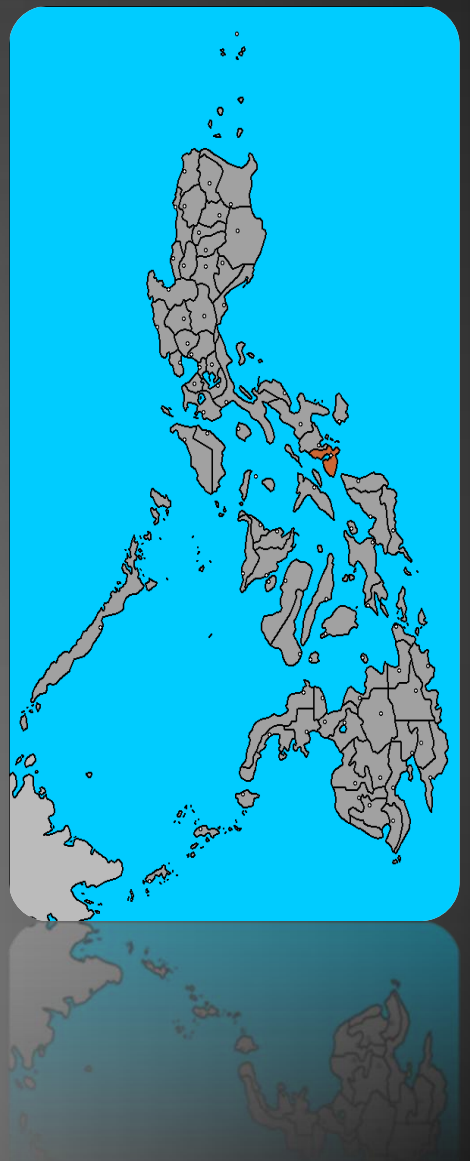
VIAJES y BUCEO

SORSOGON

A finales de 1997 el mundo descubrió un enorme grupo de tiburones ballena que visitaban la desembocadura del río **Donsol** durante generaciones, algo desconocido para los habitantes de esa pequeña zona costera. Expediciones organizadas para ver e interactuar con estos enormes tiburones ballena llevaron a este municipio a ser un desarrollado destino eco-turístico de la noche a la mañana.

Prepararos para poner a punto vuestros equipos de snorkeling y nadar con los peces más grandes que existen, con más de 50 pies (15 metros) y más de 13 toneladas de peso en las aguas de Donsol. En un solo día se pueden llegar a ver más de 8 ejemplares y se han llegado a contar entre 50 y 60 ejemplares asiduos especialmente entre los meses de Febrero a Mayo, aunque empiezan a llegar entre Octubre y Noviembre cada año.

Los tiburones ballena (butandings como los llaman localmente Rhincodon Typus) son extremadamente gentiles, únicamente se alimentan de plancton, a pesar de que por su boca podría colarse un ser humano... Muy cerca de esta zona también se encuentra el Manta Bowl, en el cual se pueden ver grandes mantas y en ocasiones los tiburones zorro marino (thresher shark o Alopias vulpinus) y tiburones martillo (Sphyrna mokarran).



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

Donsol esta situado al sureste de Manila y aunque se puede llegar por carretera, es aconsejable tomar un vuelo hasta Legaspi de menos de 1h y 30 minutos por carretera.

Fotografías de Sorsogon (Donsol, Manta Bowl, Ticao) y Dive-Ticao





Dive Sites de Manta Bowl

MANTA POINT

Durante la temporada alta hay una gran posibilidad de ver grandes manadas de mantas. Si tienes suerte verás el raro tiburón zorro y el tímido tiburón martillo. Tiburones ballena son comúnmente vistos nadando entre los buceadores cuando se dan las condiciones adecuadas. Mira a tu alrededor... (Corriente fuerte a muy fuerte)

SHALLOW POINT

Durante la temporada hay una gran posibilidad de ver grandes manadas de mantas, barracuda y tiburones. (Corriente fuerte a muy fuerte)



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

SAN MIGUEL ISLAND (El paraíso del macro)

El Muro - El lugar de babosas de mar y rayas águila en un fondo de arena (Sin corriente o corriente mediana/fuerte)

THREE CAVES

3 Cuevas repletas de babosas, caracoles y nudibranquios. El jardín de coral blando es virgen y único. (Sin corriente o corriente mediana/fuerte)

EAGLE RAY CORNER

Si quiere una foto de la famosa morena de cinta azul este es el lugar. (Sin corriente o fuerte corriente)

THE CAVE

Una pequeña cueva con sistema de acceso a la superficie desde el interior de la cueva (Sin corriente o corriente débil)

NICOS CORNER

Bellas bancadas de peces (Corriente mediana/fuerte a muy fuerte)

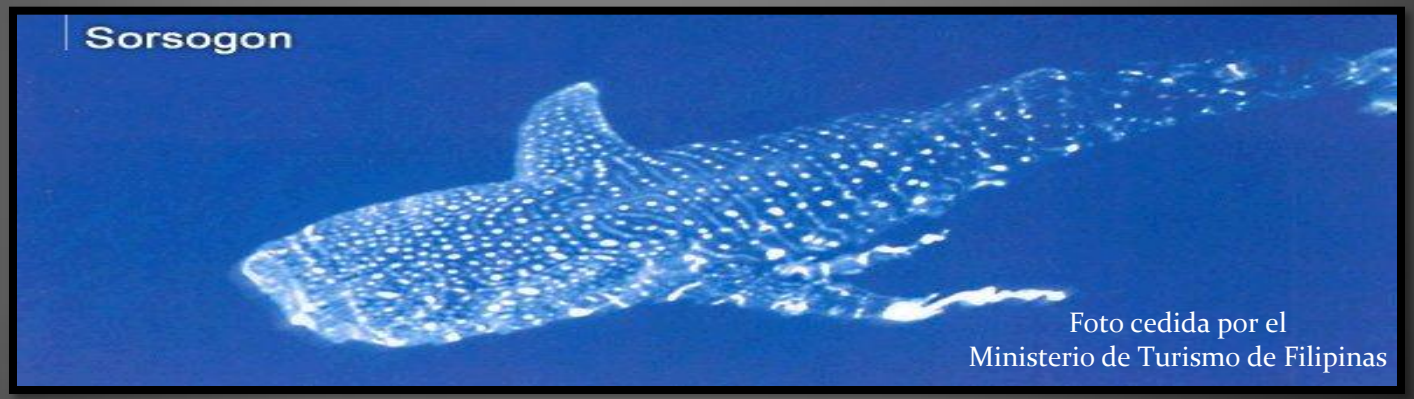
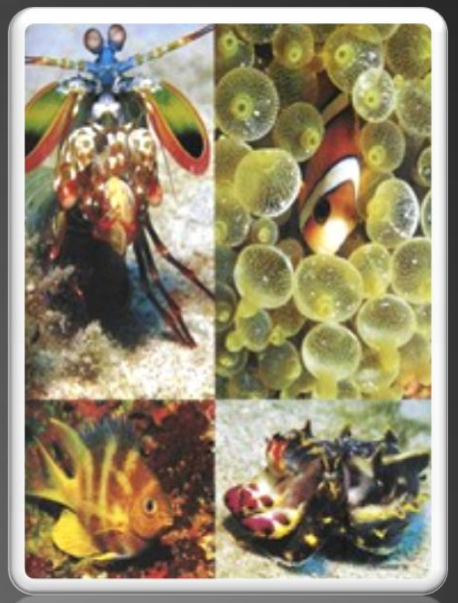


Foto cedida por el
Ministerio de Turismo de Filipinas

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

Dive Sites de Ticao



ST JEROME'S ROCK
Es un lugar exclusivo de buceo que le encantará. Se trata de una caída a 70 pies (20m) desde el azul a una pequeña roca llena de peces. Se encuentra en el lado occidental de Ticao. (Sin corriente a corriente fuerte)

THE ABYSS
Serie de paredes profundas cerca de St Jerome's Rock. Bueno para buceo recreativo t técnico. (Sin corriente a corriente fuerte)

SAN BERNARDINO STRAIT
Calantas Rock - Un pequeño islote con un faro en medio del Estrecho de San Bernardino en Matnog. Peces grandes en acción. A 2h y media de viaje por barco desde Altamar Ticao. (Corriente mediana/fuerte a muy fuerte) (Viaje especial con tarifas especiales).



OTAVI WRECK (Técnico)
180 pies (55m), de descenso hasta un buque cisterna naufragado. Fantástica la vida marina en torno a esta pecio. Manadas de barracudas gigantes.

GUINADAP WRECK (Técnico)
Pequeño carguero japonés a 160 pies (49m). Con abundante vida marina incluyendo carángidos.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

PALAU

Aprovechando la estancia en Filipinas, los buceadores tienen la opción de hacer una escapada a Palau y realizar inmersiones desde resort o en un crucero vida a bordo en este otro paraíso vecino con cerca de 60 sitios de buceo en las impresionantes zonas de Koror, Rock y por supuesto Peleliu, Blue Corner, Drop-off, Chandelier Cave, etc...



Fotografías de Palau, West Plaza Hotels, Expedition Fleet y Neco Marine





© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

BUCEO PALAU

Palau es el hogar de más de 700 especies de coral (400 corales duros) y más de 1300 especies de peces, en el último recuento. Esto es testimonio del hecho de que las cálidas aguas tropicales de Palau (normalmente a unos 29 °C) tienen la más diversa vida marina que cualquier otro lugar de Micronesia.

Con más de 60 sitios de buceo y 60 pecios existe una gran variedad de sitios para bucear. Ya se trate de las fuertes corrientes encontradas en “la esquina azul”, los hermosos jardines de coral duro, los impresionantes corales blandos de Big Drop-Off o incluso el visualmente impactante Blue Hole hay sitios de buceo a cualquier nivel y para todo el mundo.

Con criaturas que van desde mantas raya, tiburones y todo el camino hacia abajo para ver peces mandarín y nudibranquios, en Palau siempre hay algo nuevo para ver. Encontrarán aquí no sólo algunos de los mejores y más famosos sitios de buceo del mundo, también una gran variedad de sitios de buceo. Se ha escrito sobre el buceo en Palau en numerosas revistas y esta por lo general valorado entre los "TOP 3" del mundo.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO



Buceo para todas las estaciones al igual que el clima, el buceo en Palau es genial todo el año. Si necesitan algo especial, no busque más y visite Palau:

• **Manta** comienza la temporada de apareamiento a finales de diciembre y termina al comienzo de marzo. Para el buceador que desea más avistamientos fiables de Mantas. Estas impresionantes criaturas pueden llegar a los 22ft (7m) de ancho. La mejor oportunidad de ver Mantas es en las "estaciones de limpieza" que se produce en los canales en el exterior del arrecife. Limpieza de las estaciones son las comunidades de peces pequeños que están a la espera de la oportunidad para eliminar los parásitos de las Mantas y obtener para sí su comida. Si Mantas son su prioridad entonces enero y febrero es el tiempo para venir al Palau. Las Mantas son más numerosos en esta parte del año, ya que se reúnen en grandes grupos y en torno a los canales.
• Encontrarán **Tiburones Grises de arrecife** en diciembre. Así que esperamos más tiburones, más acción, y algunas actividades interesantes... durante esta época.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

• **El desove de los Corales** que se conoce transcurre 4 veces al año. El desove de los corales está relacionado con el ciclo lunar. La aproximación de los periodos de desove van entre finales de mayo, finales de agosto, mediados de septiembre y mediados de febrero.
• **Enormes bancos de ídolos morunos y peces unicornio** se reúnen por medio de agregaciones de desove en los meses de febrero y marzo. Si desea tener la oportunidad de ver esto, entonces sincronice su visita con las medias lunas.
• **Las tortugas** se aparean y ponen sus huevos de abril a julio. Aunque en realidad ver a las tortugas apareándose es raro, son mucho más propensas a ser vistas en esta época del año.
• **Desove de Meros y Huachinangos (Red Snappers)** en gran número alrededor de la luna llena en los meses de junio y julio.

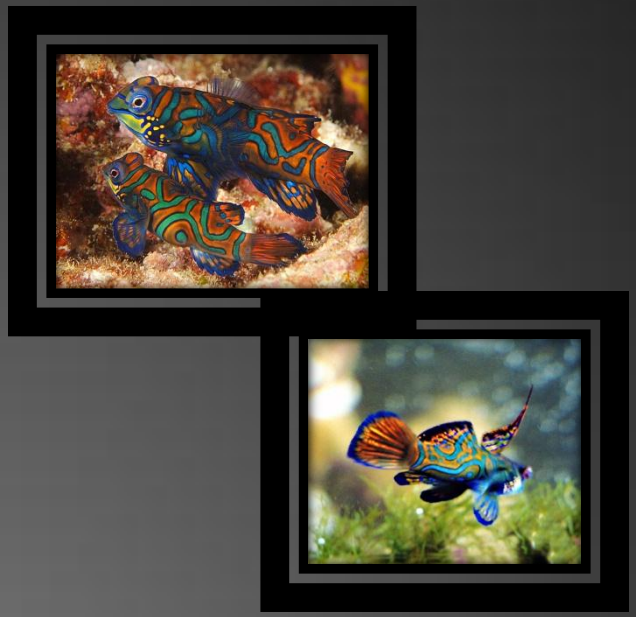


© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

• **Nautilos** A menudo llamados fósiles vivientes, Nautilos se cree que se han mantenido casi sin cambios durante millones de años. La especie de Nautilos que se encuentra en Palau es endémica. Vive en aguas muy profundas, por lo general, más de 300ft (100m) pero se pueden ver temprano pues suben de noche a buscar alimento.

• **Pez Mandarín**. Estos hermosos peces pequeños están cubiertos de impresionantes colores. Los machos son maravillosos, en particular, para observar; a medida que crecen más grandes que las hembras y poseen una aleta dorsal ampliada. Su comportamiento es difícil de entender, sin embargo, son difíciles de encontrar y son el 'santo grial' de los fotógrafos y cineastas.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO

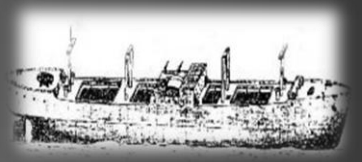
• **Puesta de huevos de la Sepia gigante** en el interior del cerebro en áreas de corales del canal Ngerchong durante los meses de mayo a agosto

• **Buceo en Pecios** Con más de 60 buques hundidos, en Palau hay pecios de todos los tamaños y formas. Algunos naufragios son tan superficiales que se puede hacer snorkel alrededor de ellos. Otros, como el famoso USS Perry, son tan profundos que la formación técnica de buceo es necesaria para bucearlos. Se puede bucear el hidroavión Jake, los pecios más conocidos son los Iro, que es una clase combinada SHIRETOKO de la flota de camiones cisterna y el Chuyo Maru.

• **Inmersiones en Cavernas**. Cuevas de todas las formas y tamaños de la hojarasca de piedra caliza de las Islas Palau, tanto por encima como por debajo del agua. Cueva del candelabro es una oportunidad única para los buzos de todos los niveles de experiencia de buceo. Blue Holes es popular entre muchos buceadores, con 4 agujeros que proporcionan suficiente luz ambiental para las fotos, sin necesidad de luces especiales. Siaes túnel, a lo largo la isla de Ulong y Virgin Blue agujero en Ngemelis también son las 2 cavernas más populares para inmersiones.







ISLAS FILIPINAS ha sido un Gran Reportaje creado en colaboración con **www.buceofilipinas.com**, y en él te hemos proporcionado la más amplia información para bucear en Filipinas, sus lugares de buceo, resorts y mucho más. Para más información, no dudes en contactar con ellos..



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIAJES y BUCEO



Disfruta de toda la información sobre Filipinas, su buceo y sus islas descargando el catalogo que el Ministerio de Turismo de Filipinas ha creado a tal finalidad

http://www.sensaciones.org/down/filipinas/catalogo.pdf

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

Alpha Subacuatic (http://www.alpha.es) y **SENSACIONES** te ofrecen una exposición fotográfica permanente ubicada en su local/tienda de **Barcelona**, sito en la calle **Numancia nº70**.

En ella podrás disfrutar de una amplia colección de imágenes submarinas al mismo tiempo que adquieres tus productos de buceo en una de las principales tiendas del sector.

El acceso por supuesto es **GRATUITO**





© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

CÁMARAS HIPERBÁRICAS

por Ing. Guillermo Scionico

Como buceadores es de nuestro conocimiento que el tratamiento de la enfermedad de la descompresión o bends y la aeroembolia arterial son tratados en Cámara Hiperbárica. Pero: ¿Qué es una cámara hiperbárica?; ¿Para qué se utilizan?; ¿Cómo están compuestas?; ¿Cómo es un tratamiento?.
Son los temas que trataremos en esta artículo.

¿Qué es una cámara hiperbárica?

Las cámaras hiperbáricas son habitáculos de acero y en algunos casos de aluminio, diseñados para soportar presión (200 psi) que permiten presurizar al paciente para el tratamiento con oxígeno a presión mayor que la atmosférica. Existen cámaras monoplaza y multiplaza.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Vamos a detallar que compone una cámara:

- Posee puertas de entrada que abren hacia adentro y que sellan al presurizar la cámara.
- Tiene una doble puerta para la entrada de remedios o alimentos sin tener que despresurizar la cámara.
- Tiene circuitos separados de cañerías y válvulas para el aire y oxígeno.
- El control de las válvulas se puede realizar por dentro y fuera de la cámara, siendo de mayor prioridad los controles externos para poder sellar o ventilar una cámara por falla interna.
- Tiene válvulas de sobrepresión de cámara generalmente ajustadas en 110 Psi.
- Tiene manómetros para medir la presión de los compartimentos de la cámara.
- Hay mascarillas de demanda y venteo al exterior, por cada paciente para la provisión de oxígeno; esto permite ahorrar oxígeno.
- Medidores de oxígeno con alarma permiten ventilar la cámara en el caso de que el porcentaje sea mayor al 23%.
- También se mide el dióxido de carbono para evitar su aumento excesivo, existiendo cartuchos absorbente de CO_2.
- Tiene circuito cerrado de TV (CCTV) y comunicación por conmutación de audio (VOX) para comunicarse con el paciente.
- Y en casos de tratamientos muy largos, se pasa música funcional o TV a través de ventanas cónicas de acrílico.
- Toda la iluminación es externa a través de ventanillas y se evita en ingreso con elementos o ropa que pueda generar incendios. (también existen equipos extintores de incendio).
- La temperatura y humedad esta controlada para confort del paciente. (al presurizar la temperatura aumenta).
- Tiene batería de botellas de aire, compresor de aire y tanque de oxígeno.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

¿Para qué se utilizan?

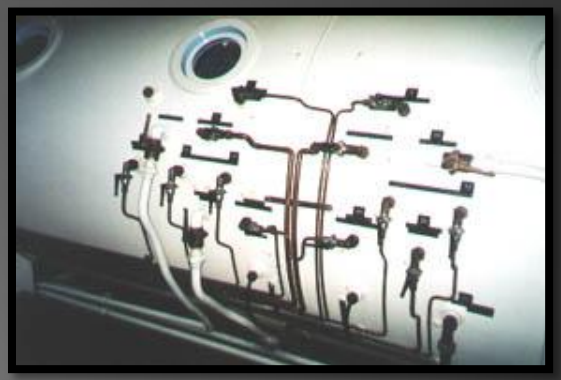
Las cámaras hiperbáricas se utilizan para el tratamiento con oxígeno hiperbárico (HBO, Hyperbaric oxygen). Es decir tratamiento donde se hace respirar al paciente oxígeno al 100% a mayor presión que la ambiente.

Normalmente a 2 o 3 veces la presión atmosférica. Es el principal tratamiento utilizado parar tratar el envenenamiento con monóxido de carbono, enfermedad de la descompresión, embolia gaseosa arterial (cerebral arterial gas embolism), además de ser utilizado para otras enfermedades, donde se busca una mayor oxigenación de los tejidos con compromiso en el flujo sanguíneo (Isquemia).

Una persona con un buen estado de salud, respirando oxígeno a presión normal, solo puede transportar a los tejidos, una cantidad limitada de oxígeno a través de la hemoglobina o células rojas, (un máximo de 40 mm de Hg de presión de O_2). Heridas, pérdidas de sangre, tejidos inflamados, infecciones o enfermedades hacen que disminuyan los niveles de oxígeno en los tejidos. Todas estas situaciones llevan a una degradación de la salud.

Investigaciones demuestran que una óptima oxigenación de los tejidos se obtienen cuando la presión de O_2 puede superar los 80 mm de Hg. Si se respira oxígeno al 100% a presiones mayores a 2 ata se puede obtener mayores niveles de Presión parcial en los tejidos, originándose así la Terapia con Oxígeno hiperbárico.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Los efectos fisiológicos durante un tratamiento hiperóxico son:

• Efecto mecánico con el aumento de presión. Cualquier gas atrapado en el cuerpo disminuye de tamaño al aumentar la presión.

• Acción de lavado de gases. Si un cuerpo esta sometido a un solo gas, este tiende a eliminar o lavar a los otros gases que tiene el cuerpo.

• Vasoconstricción. La administración de O_2 a presión produce constricción en los vasos sanguíneos, lo que combate derrames o pérdida de fluidos.

• Efecto anti bacteriano. Muchos mecanismos de defensa del organismo dependen del O_2. Un cuerpo sometido a oxígeno hiperbárico favorece la fagocitosis y otros mecanismos de defensa para eliminar bacterias mediante los glóbulos blancos.

• Efectos Anti isquémicos. El tratamiento por oxígeno a presión disuelve un porcentaje extra de O_2 en el plasma lo que mejora la eliminación de toxinas, neovascularización de heridas y eliminación de tejido óseo necrosado.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

La Sociedad de Medicina Hiperbárica Subacuática (UHMS) de Estados Unidos acepta la HBO para la curación de:

- Heridas en diabéticos
- Úlceras venosas y de cúbito
- Gangrena gaseosa (clostridium)
- Osteomelitis
- Necrosis radioactiva
- Infección anaeróbica (actinomicosis)
- Injertos de piel
- Infección por necrosis de tejidos
- Embolias gaseosas
- Pérdida de sangre (anemia)
- Quemaduras
- Envenenamiento por monóxido de carbono
- Heridas por aplastamiento
- Isquemia traumática aguda.
- Envenenamiento por cianuro
- Enfermedad de la descompresión.

Específicamente en buceo se utiliza la HBO para tratamiento de:

- Enfermedad de la descompresión
- Embolismo arterial o aeroembolia
- Omisión de descompresión
- Descompresión en superficie
- Tolerancia a la presión (narcosis nitrogénica) y al oxígeno (toxicidad del O_2)







© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

¿Cómo está compuesta?

CÁMARA HIPERBÁRICA MONOPLAZA

Estas unidades son diseñadas para un solo paciente, el personal médico es externo a la cámara. Tienen una presión máxima de trabajo de 3 ata, y se comprime solo con oxígeno al 100%.
Utiliza un alto flujo de oxígeno. Presentan la relación costo beneficio más alta, por la inversión realizada y su retorno. No hay riesgo de DCS del personal, el paciente esta aislado y es mayor el riesgo a incendio.

Ejemplo de especificaciones de una cámara:

Cumpla normas ASME/PVHO - Diámetro de 42 pulgadas por 9 pies y 6 pulgadas - Máxima presión de operación 3 ATA - Cámara de un solo compartimento de acero - Puerta de 26 pulgadas de diámetro, apertura hacia el interior, auto sellado y auto ajustable - Permite la salida del paciente sin ayuda. (pacientes con tendencia a claustrofobia) - SIN TRABAS DE PUERTA - Tres ventanas largas de acrílico de sello cónico - Rieles de camilla para el ingreso del paciente - Sistema de respiración integrado con casco de oxígeno - Reloj Digital de 24 horas - Contador Digital ascendente descendente con alarma para control de la exposición - Termómetro Digital de doble lectura con indicación de temperatura de cámara y de sala - Monitor Digital de oxígeno con alarma visual y audible en 23% - Medidores de presión para cámara, banco de alimentación de aire y fuente de oxígeno - Medidor de presión de cámara de fácil lectura de 8 pulgadas - Sistema de control automático de presión para mantener la presión constante durante la ventilación - Válvula de control para conmutar casco/máscara de oxígeno a aire para los intervalos de aire - No es necesario el manejo por parte del paciente - Alarma de baja presión de oxígeno con alarma visual y audible - Intercomunicador para monitoreo del paciente, con botón de hablar para el operador - Teléfono activado por sonido (Vox). Se activa con la voz - Circuito para entretenimiento con parlante externo, permite la conexión a fuente externa de sonido - Dispositivo para apagado de incendio - Puertas para IV, EKG, etc - Incluye compresor libre de aceite, filtro y tanque para almacenamiento de aire - Pintura epoxy blanca en exterior e interior.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

CÁMARA HIPERBÁRICA MULTIPLAZA

Estas unidades son de 2 a 20 pacientes, según el tamaño. Tiene una máxima presión de trabajo de 6 ata. Los pacientes son acompañados por personal médico, que pueden ingresar y salir de la cámara durante el tratamiento mediante un compartimento adyacente. Se comprime con aire, y los pacientes utilizan máscaras para respirar oxígeno. Un compresor dedicado y una batería de aire se utilizan para la provisión de aire. Permite asistencia médica continua al paciente y pueden tratarse varios pacientes a la vez. Son de alto costo y requieren de gran espacio. Tiene riesgo de DCS del staff médico, él cual permanece dentro de la cámara.

Ejemplo de especificaciones de una cámara:

Cámara de acero de doble compartimento - Diámetro de 92 pulgadas por 30 pies de largo - Máxima presión de operación3 ATA, mayor presión de operación a pedido - Dos puertas de 48 pulgadas de diámetro - 12 ventanas de 8 pulgadas - Ventana de 12 pulgadas en el extremo para monitoreo de video - Control ambiental de temperatura y humedad - 6 bancos con capacidad para 20 personas - Parlantes y micrófonos para comunicación - 20 estaciones de oxígeno - Sistema de monitoreo de oxígeno - Estación de control con controles manuales y automáticos, monitores, medidores de flujo, grabación de audio y video - Fuente de alimentación de aire, almacenamiento y sistema de filtrado.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

¿Cómo es un tratamiento de Enfermedad de la descompresión?

Existen tablas de tratamiento que están basadas en las tablas de la US Navy y de la experiencia a través de años de aplicación.

Antes de aplicar un tratamiento es necesario determinar si el buzo tiene síntomas de **aero embolia** (denominada embolia traumática) o **enfermedad de la descompresión tipo I** (bends leve o moderada) o **enfermedad de la descompresión tipo II** (con grave riesgo de la vida). La embolia traumática es debida a la expansión de aire y se produce a los pocos minutos de salir a superficie y en el caso de no poder identificarla se trata como tipo II.

El tratamiento debe ser realizado por personal especializado en medicina hiperbárica, y puede requerir el establecer una vía aérea (para el mantenimiento de los signos vitales) y vía venosa para administrar drogas (hidratantes, vasodilatadores, etc). Es importante destacar que el tratamiento de DCS (enfermedad de la descompresión y aero embolia) es independiente de la mezcla gaseosa respirada por el buzo durante el buceo.



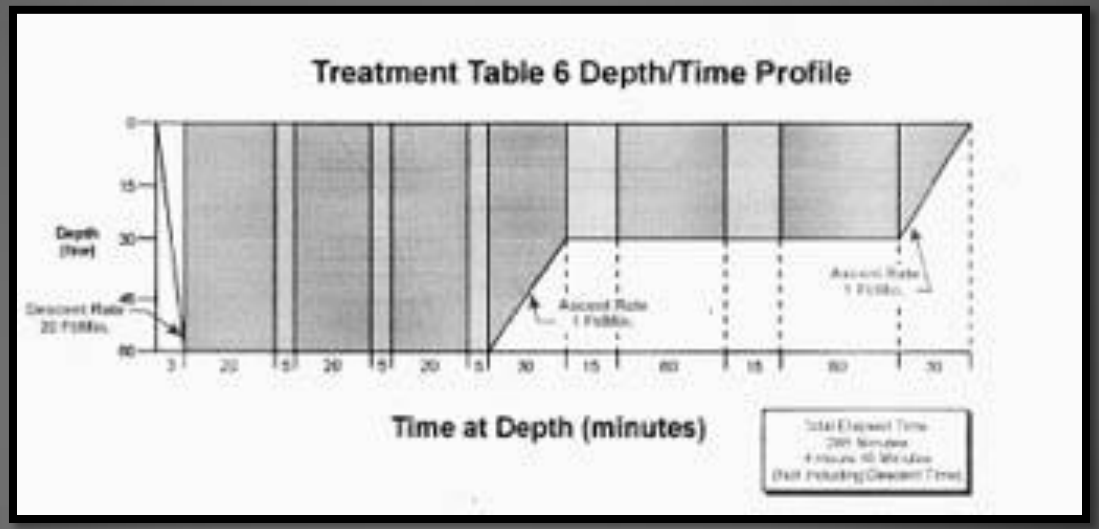
© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Existen diagramas de flujo para el tratamiento de cada enfermedad; en estos diagramas se utilizan distintas tablas que establecen profundidades de compresión durante intervalos de tiempo con respiración de oxígeno y aire. En los tratamientos es recomendable utilizar oxígeno puro para lavar más rápido el nitrógeno. Aunque en el caso de faltar, puede utilizarse solamente aire.
Generalmente se utiliza:

- DCI **tipo I**, se utiliza la tabla 5 y de complicarse tabla 6
- **DCI tipo II** o Embolia Traumática, se utiliza tabla 6, y 6A, puede usarse tabla 4 de aire para tratamientos muy prolongados.

Ejemplo:
Tabla 6
Se presuriza a 60 pies durante 3 intervalos de 20 minutos seguidos de 5 de aire, luego se asciende a 30 pies con 2 intervalos de 15 min de aire y 60 de O2.



www.SENSACIONES.org

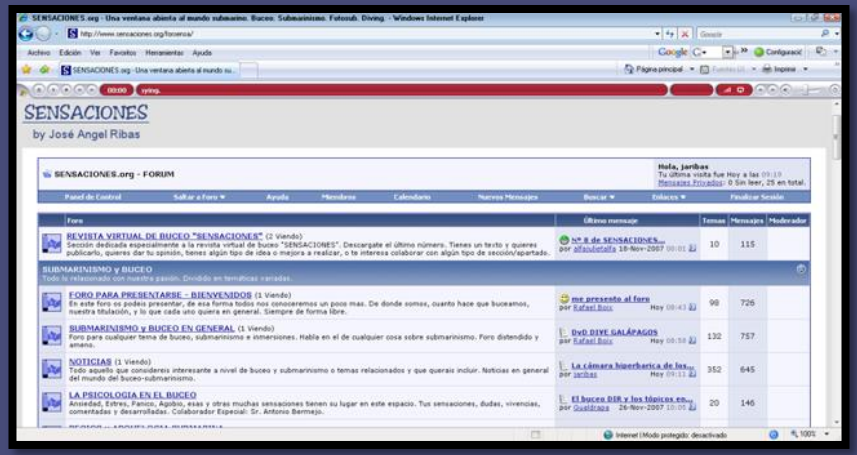
© by José Ángel Ribas Espiñeira

Foro !!GRATIS¡¡ para tu centro de buceo

En **SENSACIONES**, se sigue trabajando para ayudar a la comunidad de submarinistas y buceadores del mundo.

Para ello, se ha habilitado una nueva sección dentro de los foros. Una sección para centros y escuelas de buceo que no tengan foro propio y deseen tener su propio foro para comunicarse con sus socios, amigos o clientes.

Así podéis tener un lugar donde ofrecer sus servicios, salidas y hablar con vuestros socios, clientes o visitantes. De esa forma además tendréis un lugar de reunión en común y podréis compartirlo con una gran comunidad de submarinistas como es la de **SENSACIONES**. Anímate y si tienes un centro y deseas tener tu propio foro solo tienes que solicitarlo a: foros@sensaciones.org y en 24h lo tendrás creado. **ES GRATIS**



© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Un sueño en el Pirineo

Por Javier Montero (Javicord)

Este fin de semana he estado unos días por el Pirineo de Lleida. Después de darles la lata a Pep Fillat y Capità Haddock me acogieron en su tierra y me han aguantado. Tras varios días con ellos, quedamos para el Domingo por la mañana, en el local que tiene cerca del hotel donde dan las clases.

Pues bien a las 10:00, minuto más o menos estamos Pep, Capitâ Haddock y tres ilusionados dispuestos a sumergirnos en las fresquitas y puras aguas de los lagos del Pirineo.
Antes se hace un comentario sobre quien desea un café y nos apuntamos todos. El cafelillo se alarga mas de lo necesario, ya que en los sofás se está muy a gusto.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS

Espabilamos y tras montar los equipos y subirlos a los coche nos vamos al lugar de la inmersión.

Al habernos entretenido con el café, se nos han echado encima algunas nubes, con lo que la iluminación no va a ser la ideal.

Nos vestimos, equipamos, formamos las pareja, Pep nos da el briefing y al agua. Visibilidad casi 10m, que me corrijan si no es buena la apreciación. Me esperaba menos.













© by José Ángel Ribas Espiñeira

TUS RELATOS



Entramos, bebo un poco, es agua pura de montaña, y a los cinco minutos el ordenata, un aladdin air Z O2, se va a la mierd... Todavía sigue en "err".
Aviso a mi pareja de la incidencia y seguimos. Llegamos a la primera cruz, continuamos y vemos un mástil clavado al fondo. vemos restos de una tubería y llegamos a la segunda cruz. Intentamos hacernos unas fotos , que no han salido bien y continuamos el paseo.
El frío empieza a hacer mella en nosotros, el fondo a 7º C., por lo que ya no se alarga mucho la inmersión. Emergemos y nos encontramos flotando en medio de montañas con neveros en sus picos.

40 minutos de una inmersión diferente. Hay que volver.

Javier Montero (Javicord)

© by José Ángel Ribas Espiñeira



Filipinas 2008

© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

Pecio de Uluburun



El Pecio de Uluburun es un yacimiento submarino de la Edad del Bronce, decubierto en la costa sur de Turquía, cerca de la ciudad de Kaç, en la provincia de Antalya. Un pescador de esponjas turco lo descubrió en 1982, y fue excavado usando técnicas de arqueología subacuática en once campañas consecutivas de entre tres y cuatro meses de duración cada una, entre los años 1984 a 1994.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

EL BARCO

La embarcación excavada es un buque mercante procedente del Cercano Oriente, probablemente de Chipre o de la costa palestina.

Medía unos 15 metros de largo y poseía una capacidad de carga estimada en unas 20 toneladas. El casco se encuentra muy dañado, pero algunas partes se han conservado gracias, en parte, a la corrosión de los lingotes de cobre que transportaba. Se construyó uniendo entre sí planchas de madera de cedro, una técnica que ya se había encontrado en barcos posteriores (fenicios, griegos y romanos). Se encontraron además fragmentos de remos, uno de ellos de 1.7 metros de largo y 7 centímetros de grueso.

Llevaba a bordo al menos 24 anclas de piedra de entre 120 y 210 kg. de peso, aunque otras dos más pequeñas pesaban 16 y 21 kg.[2] Algunas de las anclas podrían ser piezas sobrantes que se usaban para equilibrar el peso en el buque. Anclas del tipo de Uluburun, de un único agujero, son frecuentes en la costa levantina, en lugares como Biblos o Ugarit. Otros similares se han encontrado en Kytion, en Chipre.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

DATACION

El buque ha sido datado en la Edad del Bronce tardía. En 1996, el arqueólogo turco Cemal Pulak, en Dendrochronological Dating of the Uluburun Ship, dató la madera de distintas partes del barco en torno a 1400 a. C., pero más adelante él mismo indicó que la leña almacenada correspondía a árboles que fueron talados entre 1316 y 1305 a. C., que por tanto sería la fecha de su último viaje.

Otro dato a tener en cuenta es el tipo de cerámica micénica encontrada en el barco, que se corresponde con la hallada en el nivel correspondiente a la destrucción de Mileto por Mursili II. De acuerdo con los anales del rey hitita, el saqueo de Mileto ocurrió unos pocos años antes del llamado Eclipse de Mursili, en 1312 a. C.

Sin embargo, en el número de Science de 21 de diciembre de 2001, se plantean objeciones a los métodos usados en tales dataciones, por lo que las fechas indicadas habría que asumirlas con cierta precaución

RUTA APARENTE

La opinión mayoritaria es que el barco partió de Chipre con un cargamento de 6 toneladas de cobre de las minas de la isla, lo que fue verificado mediante análisis del metal. Sin embargo, la nacionalidad del buque no está nada clara, en cuanto que transportaba artículos micénicos, chipriotas, cananeos, casitas, egipcios y asirios.

A juzgar por el ingente número de artículos transportados (se obtuvieron del fondo marino 18000 piezas catalogadas), se cree que el barco podía haber hecho una escala en el algún punto de Egipto

© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

El buque transportaba:

* 354 lingotes de cobre, con un peso de unas 6 toneladas, originalmente apilados en cuatro hileras.
* Al menos 40 lingotes de estaño. Su procedencia es dudosa. Tienen muy poco plomo, por lo que podían ser originarios de minas españolas (Tartessos) o de Afganistán.
* Vidrio en bruto.
* Ébano egipcio.
* Lingotes de vidrio azul, para incrustaciones de vidrio o Fayenza.
* Marfil, tanto de elefante como de hipopótamo.
* Ámbar.
* Huevos de Avestruz.
* Oro.
* Una tonelada de resina de terebinto, almacenada en recipientes de estilo cananeo.
* Alimentos: bellotas, almendras, aceitunas, granadas.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

También transportaba artículos manufacturados, como:

* Vasos de fayenza.
* vasos de marfil.
* Un cáliz de oro.
* Joyas de oro y plata: pendientes, anillos.
* Tazones de estilo chipriota.
* Calderos chipriotas cuidadosamente empaquetados.
* Jarras de boca ancha.
* Lámparas de barro.
* Grandes pithoi.
* Una colección de herremientas de bronce. Quizás el equipamiento del carpintero del barco.
* Una aguja de bronce con cabeza globular. Podría tener un origen centroeuropeo.
* Un escarabeo de oro con el nombre de Nefertiti.

Por lo que respecta a las armas, se encontraron:

* 6 puntas de lanza de estilo europeo (Bouzek A2 o B3), de las que se han encontrado ejemplares en los Alpes orientales y en Italia.
* Una espada de origen itálico.
* Un hacha ceremonial de piedra, que podría proceder de Bulgaria o de los Cárpatos.







© by José Ángel Ribas Espiñeira

PECIOS

EXCAVACIÓN

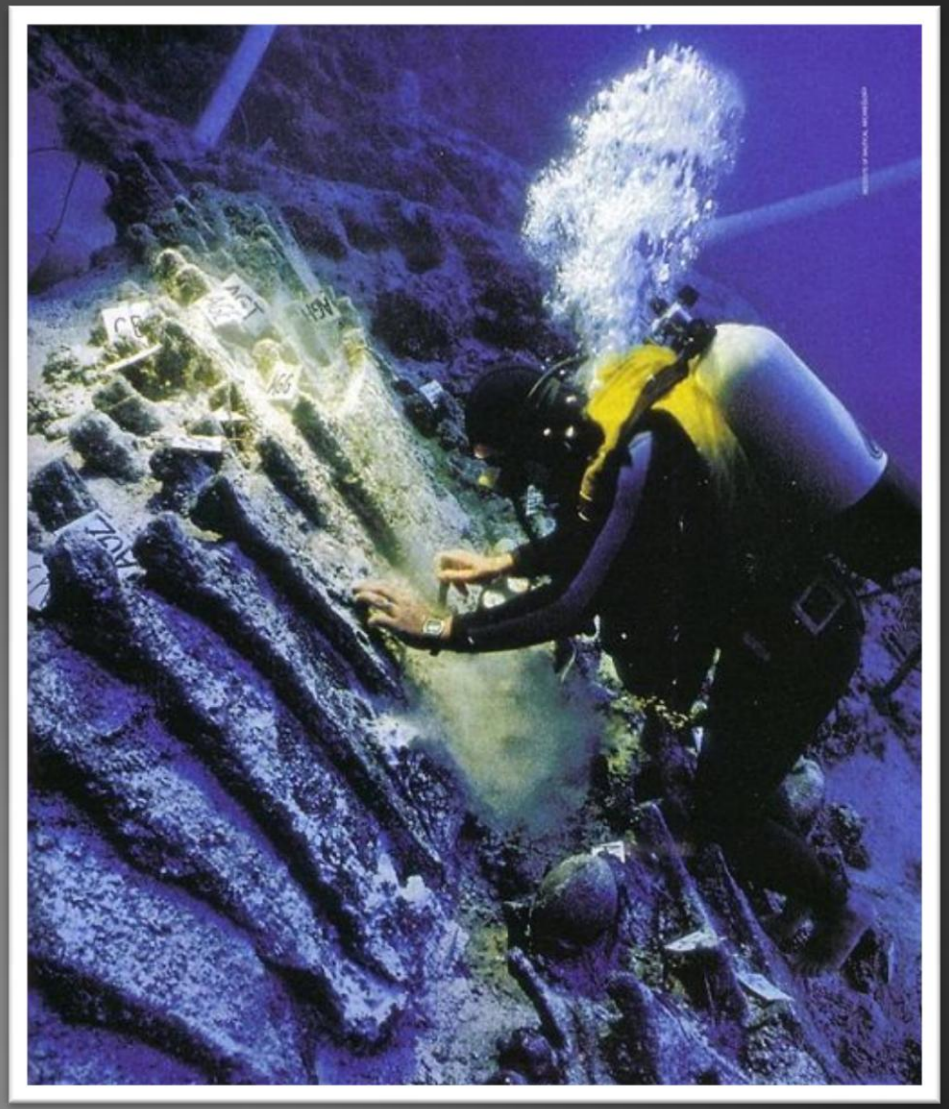
La excavación del pecio de Uluburun fue dirigida por George Bass del Instituto de Arqueología Subacuática entre 1984 y 1994.

La popa del barco se encontraba a 44 m de profundidad y la proa a 52 m. Parte del cargamento se encontraba a una profundidad de 60 m.

ENLACES:

http://ina.tamu.edu/ub_main.htm

http://sara.theellisschool.org/shipwreck



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TODOS LOS CENTROS DE BUCEO

Listado con más de 400 centros de buceo

Sabias que en www.SENSACIONES.org, tienes toda la lista de centros de buceo de **ESPAÑA**, constantemente actualizada?

Además también puedes localizar todos los centros de buceo de **ITALIA** en un acuerdo con Fondali.it, y de otros países que vamos agregando.

Si tienes un centro de buceo y no está en la lista o los datos han cambiado, envíanos un email y lo modificaremos/incluiremos totalmente **GRATIS**.





© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

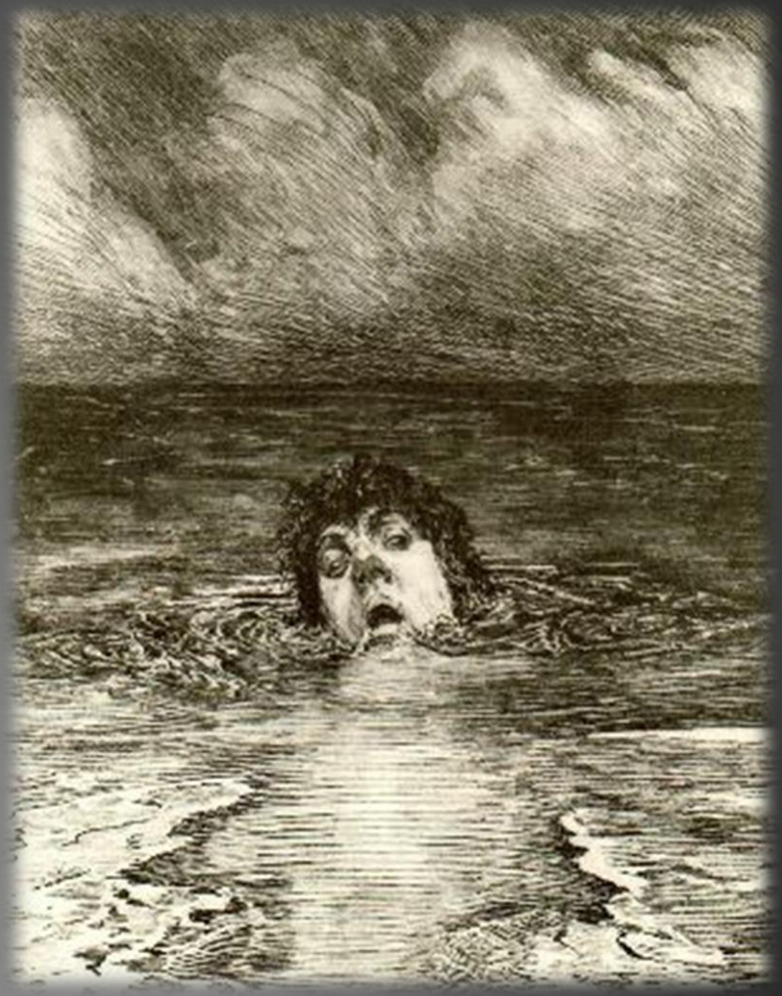
Manual de primeros auxilios

"El Ahogamiento"

En el caso del ahogamiento la diferencia entre la vida y la muerte estará en apenas unos segundos; por eso no hay ni que mencionar la enorme importancia de una intervención rápida.

Para que ésta pueda realizarse siempre resulta conveniente tenerla prevista, habilitando zonas para un posible rescate de este tipo en la embarcación. Tenga en cuenta que un ahogado siempre se salva fuera del agua; esa es la primera regla a cumplir, después todo dependerá de la calidad del salvador.

Todos conocemos casos de personas que han sufrido ahogamiento y se han recuperado sin que quedara ninguna secuela; pero debemos ser conscientes de que si se sufre una anoxia del cerebro de más de cinco minutos, las posibilidades de recuperación serán muy pocas.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

PASOS A SEGUIR:

EVALUAR LA GRAVEDAD DEL PROBLEMA:

Deberemos diferenciar el nivel de ahogamiento y actuar en consecuencia:

Ahogado leve: presentará movimientos respiratorios discretos y en la boca contendrá espuma, arena o fango.

En esos casos deberemos actuar de la siguiente manera:

Acostar a la persona en el suelo.

Limpiarle la boca rápidamente lo más profundo que podamos, hasta la garganta.

Ahogado grave: en estos casos no habrá respiración o ésta será muy superficial, tampoco habrá pulso.

En caso de que salga agua por la boca, deberemos facilitar esta salida por las vías aéreas grandes, laringe, tráquea y bronquios; para lo cual acostaremos al ahogado de lado y le daremos unos golpes en la base de los pulmones utilizando para ello las palmas de la mano.

Esto deberá hacerse siempre antes de la maniobra de reanimación, puesto que sino ésta no obtendrá resultados de ningún tipo.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

MEDICINA

REANIMACIÓN DEL AHOGADO:

El **Boca a Boca:** se trata de una maniobra sumamente sencilla de realizar pero que puede sernos de gran ayuda ante cantidad de diferentes situaciones, por lo que conviene conocerla:

- Inclinamos la cabeza del accidentado hacia atrás, levantando el mentón.
- Tomamos aire profundamente.
- Llevamos nuestros labios sobre la boca abierta de la víctima.
- Taponamos los orificios nasales del ahogado con nuestras manos.
- Soplamos con firmeza durante unos dos segundos, comprobando que la persona está aceptando el aire, lo que sabremos porque su pecho se hincha.
- Retiramos nuestra boca, esperamos a que el pecho se deshinche y volvemos a repetir la acción. El ritmo deberá ser de unas 15 veces por minuto.
- Comprobaremos el pulso cada diez insuflaciones y, cuando lleguemos a percibirlo, continuaremos hasta que la persona recupere el conocimiento.

En caso de que el ahogado no reaccione al Boca a Boca, deberemos pasar al **Masaje Cardíaco**, para lo cual deberemos realizar los siguientes pasos:

- Colocar al sujeto en una superficie plana y nivelada.
- Tratar de que nuestros hombros se encuentren en una posición bastante alta, para poder aplicar la fuerza con los brazos rectos y los codos rígidos.
- Colocamos la palma de una mano, apoyando el talón y con la otra mano superpuesta, sobre el tercio inferior del esternón del paciente.
- En esa posición aplicamos fuerza hacia abajo, hasta deprimir el esternón unos cinco centímetros, liberando después la presión de manera inmediata.
- Repetimos estas presiones cortas y bruscas de manera rítmica, con una media de unas 80 veces por minuto.
- Tras esto procederemos a alternar el masaje con el boca a boca (en caso de que haya dos personas atendiendo al paciente convendrá que cada una de ellas realice uno de los ejercicios).

Si todo se ha realizado convenientemente, el paciente deberá recobrar el pulso y la respiración.
Por supuesto, **la hospitalización urgente es imprescindible.**

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

¿Tienes página WEB?

No pierdas clientes por una mala imagen en INTERNET



ESPECIALISTAS EN WEBS DE BUCEO Y SUBMARINISMO

- Diseño de páginas web.
- Alojamiento ilimitado, correos electrónicos ilimitados, espacio ilimitado, MySql, CGI,ASP, PHP, formularios, estadísticas, galerías de fotos....
- Tu página WEB en Internet a precios insuperables.
- Especialistas en el mundo del buceo.
- Mantenimientos todo el año o por temporada de tu página
- Listas de correo, envíos de boletines, ofertas y publicidad, mantenimiento de usuarios.

Solicita información por email a:

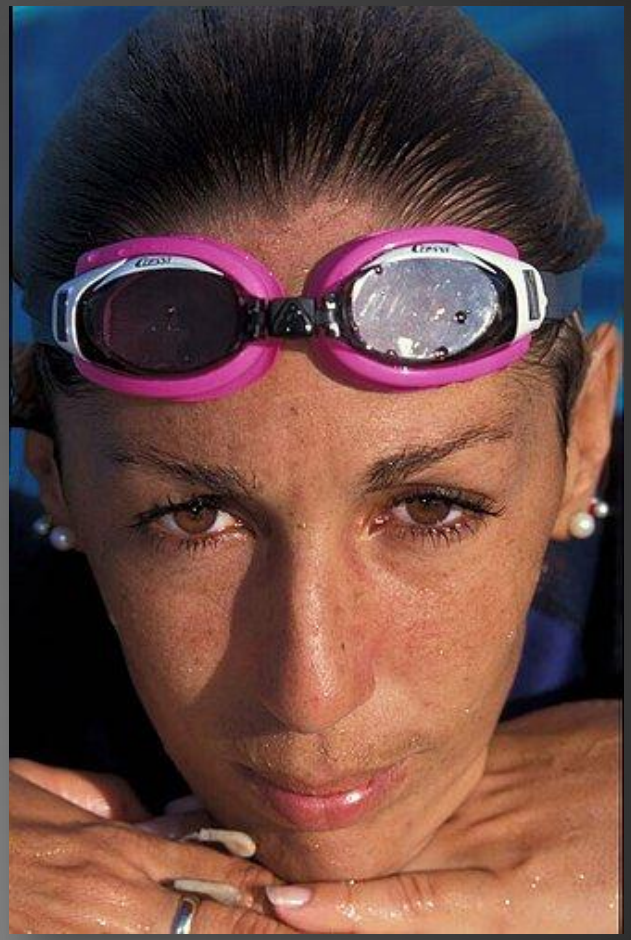
rrids@rrids.com

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

LAS MUJERES TAMBIEN PUEDEN

La entrevista de este mes es la que hice a Deborah Andollo, una mujer que aunque nuestra comunicación fue tan solo vía e-mail , me transmitió muy buenas sensaciones, leer y pensar sus respuestas ,creo que son de lo más interesante.



Esta simpatiquísima mujer consiguió 16 records mundiales!!! Ahí queda eso!!! El titulo queda a lo mejor un poco machista ,según ellas , un poco feminista según ellos, pero para mi no es ni una cosa ni otra ,si no simplemente una realidad. Los deportes algo extremos , como lo es la apnea profunda de competición , siempre se le da un carácter un poco masculino , en este caso veremos con esta entrevista que lo que ha conseguido Deborah , como otras apneistas , a más de uno de nosotros ya nos gustaría poder hacerlo.

En la apnea lo más importante no es la fuerza física si no la técnica y la capacidad o fuerza mental ,por lo que es totalmente un deporte apto para ellas .Animar a vuetras parejas ,amigas , familiares etc., etc., a practicar este fantástico deporte. Lectoras de esta revista , esta sección es desde luego también para vosotras.

Escuchar a Déborah, gran apneista, gran amante del mar, gran persona.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

DEBORAH ANDOLLO

NOMBRE
Deborah Andollo López.
EDAD
40
LUGAR DE NACIMIENTO
La Habana - Cuba
PROFESIÓN
Presidenta de la Federación Cubana de Actividades subacuáticas. Instructora de Apnea Nivel II. Licenciada en Cultura Física (universidad de la Habana).
UNA CANCIÓN
En un país tan musical como Cuba, es difícil tener una sola canción preferida, pero adoro a Mana, Phill Collins, Pino Danielli, Benny More, Trió Matamoros, Shakira, Música Zen,Los Van Van de Cuba.(Caciones—"Mucho corazón", "Puente de San Blas",.....
UNA PELÍCULA
"África mía", "El piano", "Nemo", "Historia de tiburones"



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

UNA FRASE

:" No hay mal que por bien no venga", "el tiempo lo cura todo", "no van lejos los de adelante si los de atrás corren bien".....

MARCAS PERSONALES. RECORDS

ver: www.deborahandollo.com (16 records mundiales)

¿PRACTICAS EL BUCEO CON BOTELLA?

Solo el nocturno, pero siempre, siempre, siempre bajo en apnea.

¿PORQUE APNEA Y NO BOTELLAS?

Por las facilidades del movimiento corporal que propicia la apnea; por las sensaciones maravillosas de autonomía e independencia; porque me acerca a los peces ; porque cuando me acerco a ellos, se quedan y amigablemente me reciben. Porque me permite imitarlos y ser bien recibida. Porque te mantiene en forma; porque serena; calma y te transporta al fantástico mundo del silencio; porque permite establecer un mágico lenguaje entre cuerpo, mente, alma, respiración, océano, etc..... Porque es fantástico!!!!!!!



© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿DEJARAS LA APNEA ALGUN DIA?

Tendría que dejar de respirar y no volver a hacerlo. Porque la apnea para mí no es solo la capacidad voluntaria de retener el aire; es también haber aprendido a respirar bien, y ya no sé hacerlo de otra manera, porque con ella aprendí a curarme muchas dolencias del cuerpo y el alma, porque ella me ayudo a pensar profundamente y concienzudamente. Porque gracias a ella conocí el maravilloso Océano. Porque me enriquece ensenarla y aportar salud a partir de su práctica. Porque es espiritual, misteriosa y seductora...

LA MAYORIA DE APNEISTAS SON TAMBIEN PESCADORES SUBMARINOS, ¿ESTAS A FAVOR O EN CONTRA?

Pues yo no lo soy, y hay muchos apneistas de hoy que tampoco lo son. La pesca es una disciplina antiquísima y hermosa que respeto y que admiro, no puedo decir lo mismo de algunos pescadores, que no han aprendido que ya hoy no se puede vivir de ella, porque el Océano no ha conseguido recuperarse gracias a nuestra depredadora manera de existencia. Porque no hay más espacio para otra pesca que no sea la pesca sostenible, equilibrada y respetuosa con el mar y sus habitantes. Porque hoy hay mucho menos que antes!!.Porque el hombre pesca hace 4.500 anos y los ecosistemas no han conseguido reemplazar las especies exterminadas, agotadas, porque cada especie extinguida es una lamentable pérdida en la extensa y compleja cadena de alimentación y existencia de todos los seres del Mundo. ***Estoy a favor de la pesca como medio de subsistencia humana , pero no veo razón para que ella sea hoy un motivo de entretenimiento y competición.***



© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿QUÉ OPINAS DE LA RIVALIDAD ENTRE PESCADORES SUBMARINOS Y SUBMARINISTAS DE BOTELLA?

Son prácticas esencialmente opuestas. El buceo es contemplativo, consiste en la observación del Mundo marino y ciertamente entristece bucear en un mar sin habitantes, es como perder la alegría por falta de colorido y melodía; la pesca por sostenible que sea es exterminadora. Y no es un secreto que los mejores sitios del mundo para el buceo son sitios protegidos de la pesca exterminadora.

Creo que la naturaleza ha pasado a una fase de alerta y debemos pues, ocuparnos más de crear otras formas de supervivencia, menos impactantes, menos agresivas con el ecosistema marino-costero. Debemos emplear energía y conocimiento en el estudio minucioso de las ciencias que comprendan los padecimientos del Océano y sus bondades.

Los pescadores submarinos justifican sus acciones comparándose con la pesca industrial, que es sin dudas la mas cruel y devastadora, pero ello no minimiza de ningún modo la acción aniquiladora del pescador submarino. Otros pescadores se arrogan la misión de exterminar las especies sobrantes del Océano, ignorando que los Ecosistemas están tan perfectamente creados que ha contemplado el sistema de exterminio para aquellas especies que enferman o comprometen la salud del Planeta.

Entonces para que están los depredadores? , para que tenemos al majestuoso tiburón como especie que encabeza la cadena de alimentación de los mares?.

Que con su anatomía perfecta ha conseguido vivir sin cambios en su fisiología y apenas en su fisiología. Superan a los dinosaurios en edad, pero curiosamente ha sido la pesca indiscriminada en el mundo quien ha comprometido su existencia!!!!!!!!!!!!!

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿CREES QUE TODO EL MUNDO PUEDE PRACTICAR APNEA?

La apnea encierra la practica de otras disciplinas que son muy beneficiosas., como son la respiración completa pranayama, la yoga, la meditación, la concentración, la preparación física en sentido general. Llamémosle como los subproductos del aprendizaje que son siempre útiles incluso para aquellos que no se dedicaran luego a la practica exclusiva de la apnea. Pero la practica de la apnea de alto nivel si impone de cierto estado de salud y forma física que obviamente excluye a los que padezcan de algunas enfermedades (cardiopatías, asma, diabetes, anemias).

Creo que es interesante que muchas personas se acerquen a la apnea como actividad interesante e integral y que aprendan de manera responsable de que se trata y reconozcan a partir de dicha enseñanza sus verdaderos recursos fiscos y mentales para continuar con la practica.

Creo que sin dudas los primeros pasos es identificar que se persigue con la practica y estas prioridades pueden ser siempre muy diversas entre los interesados.

¿NOS PUEDE BENEFICIAR LA PRACTICA DE LA APNEA EN NUESTRA VIDA COTIDIANA?

Para aquellos que dicha practica no represente una amenaza a su integralidad física, creo sin dudas la practica de la apnea es muy enriquecedora!!!. Con la apnea y a través de la retrospección aprendemos de nuestro cuerpo , aprendemos del enorme potencial mental que hay en cada uno de nosotros y lo mas hermoso aprendemos a convivir en el elemento responsable de la Génesis de la Vida; El agua!.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿QUE TE HA APORTADO LA APNEA A TU VIDA EN GENERAL?

Puros beneficios y mucha sabiduría, me ha disciplinado las cualidades volitivas, el carácter y la capacidad de determinación (porque con ella también se sufre, pero se aprende!!!) . Creo haber crecido gracias a ella; porque me obligo a estudiar, aprender y reflexionar. Sin dudas me hizo más sana y como seguir siéndolo para siempre. Gracias a ella y mi evolución en la misma, conocí a buena parte del mundo y a personas increíbles y muy sabias. También me aporto bienestar material, que aunque no es lo más importante, también cuenta. Lo más valioso: Conocer el Océano, sus especies, adorar a los delfines, los tiburones y todos los maravillosos seres que tan bondadosamente pueblan los mares del mundo.

¿CÓMO ENTRENAS? ¿LO HACES A DIARIO? ¿QUÉ TÉCNICAS USAS? ¿UTILIZAS EL IOGA? ¿TIENES ALGUNA TÉCNICA PROPIA?

Llevo 6 anos desentrenándome, desde el 2002 no hago mas records. Me dedique a entrenar solo para mantenerme sana , porque la apnea que hacia era de muy alto nivel y antes de la apnea practicaba el nado sincronizado en el equipo nacional de Cuba , por ende los parámetros fisiológicos de mi organismo se dispararían si de pronto paraba la actividad física. Mi rutina de ejercicio ahora es muy ordinaria: Mantengo la Yoga , la Meditación, Pranayama, natación spinning (me encanta), carreras , bicicletas, algo de pesas. La apnea en el mar los fines de semana, no sobrepaso los 50 o 40 metros en lastre constante. Hago filmaciones submarinas como modelo submarina, imparto clases de apnea e instruyo a instructores, organizados los cursos de modo Federativo , incluso compartimos conocimientos entre los atletas e instructores de América y hemos creado un colegio para el estudio de la apnea que cada día amplifica mas su diapasón social y su alcance.

Todas estas disciplinas básicas, las alterno, cambio una por otra, y la única que mantengo es la Yoga y la respiración pranayama la cual ejerzo hasta caminando, o cuando percibo que requiero serenarme(si estoy en el dentista, por ejemplo, huyyyyyyyy que terror!!!).Pero hay otra practica: Soy mama de un niño pequeño de 9 anos, curioso, travieso y preguntón, llevo una casa , un esposo, 6 perros, un gato y ahora esperamos otro bebe(5 meses de embarazo)y no lo traerá la cigüeña, lo porto yo!!!!, en un país tremendamente hermoso pero complejo.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿QUÉ HARIAS SI NO PRACTICARAS APNEA? ¿ALGUN OTRO DEPORTE?

Practique Nado sincronizado por 12 anos, 8 de ellos en el equipo nacional. Llegue a la apnea con 22 anos, la edad justa y madura para comprenderla con la seriedad que debia asumir. Creo que practicaria nuevamente la apnea, pero pasando primero por el ballet acuatico o el Nado sincronizado, que adoro y que es tan completo para mi gusto, porque aprecio mucho el ballet clasico, la musica y el arte en sentido general.Creo que si podria pedir mas seria bailarina.

MUCHÍSIMA GENTE ES AUTODIDACTA, ¿CREES QUE DEBERÍAN HACER ALGUN CURSO?

Yo tambien lo fui, pero cuando comence en el 1991, no habia otro modo de aprenderlo. Mi entrenador leia todo lo que caia en sus manos sobre los estudios hechos en Francia e Italia sobre la apnea. En la epoca los que mas escribian al respecto era la Federacion Francesa y Jack Mayol como gran icono de la epoca. Aprendi con los mèdicos hiperbàricos la fisiologia, y patologias de la apnea.Era muy joven y llena de coraje y deseos de triunfar. Hoy afortunadamente la realidad es otra, hay varias academias, aunque increiblemente ninguna es Federativa!!, pero hay mucho conocimiento, hay varias revista especializadas y bien argumentadas; Hay estudios cientificos, aunque aun quedan lagunas investigativas!!!. Creo que no hay razon para no aprenderlo bien y con los mejores.El apredizaje se ha democratizado y esta casi al alcance de todos.Por supûesto que creo que se impone el estudio con los que se han ocupado de la ensenanza, que hoy son mas. Lo que falta es compatibilizar estos conocimientos, que de algun modo el aprendizaje sea de manera Federativa y Academica, que no este solo al alcance de los que tengan 300 euros para un curso. Falta aun por recorrer, pero el camino vencido es grandioso.

Creo que las dos unicas Federaciones responsables del desarrollo de la apnea(CMAS y AIDA) deben colegiar modos y metodos de aprendizaje, porque el mismo no debe estar en poder de unos pocos excampeones que ostentan el titulo de instructores trainer y solo a partir de ellos se pueden organizar cursos y calificar los interesados. Recibir un curso impartido por un campeon es siempre una accion honorable y enriquecedora, pero estas acciones deben ser tambien interes y preocupacion de las Federaciones o los Ministerios de los deportes de las naciones que la practican. La apnea se ha ganado ese espacio con mucha dignidad y es hora que ese espacio en las politicas tanto gubernamentales como financieras, sea concedido.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿QUE LES DIRIAS A LA GENTE PARA QUE PRACTICARAN APNEA?

Como te comentaba anteriormente , la apnea es un deporte que aporta un comocimiento muy general e integral; con ella se aprenden muchos aspectos que pueden servir para toda la vida, incluso si no nos dedicamos a ella seriamente o competitivamente. Creo que lo primero que debe hacer un debutante es identificar las prioridades esenciales que lo motivan a la practica de la apnea y sus objetivos con la misma. Es un deporte hermoso, completo, practico, espiritual misterioso, seductor ; pero tiene un componente de riesgo elevado, no mucho mas que otras disciplinas deportivas olimpicas, por tanto , ello nos obliga a verla desde una pespectiva mas seria y responsable!!!!.Tener siempre presente el aspecto de la seguridad de cada uno de nosotros nos garantiza una practica sana y adecuada.

¿Y A UN SUBMARINISTA DE BOTELLA?

Igual el buceo con aire comprimido es muy hermoso, implica un estudio minucioso de las leyes esenciales cognitivas para su practica. Aunque el buceo con botella tiene un perfil mucho mas comercial que la apnea(afortunadamente!!!!!!!!!!!!), si creo que debemos hacer mas enfasis en el estudio obligatorio en los niveles basicos del aprendizaje. La mayoria de las agencias certificadoras se concentran mas en vender mucho en poco tiempo, consiguiendo como resultado que la mayoria de los interesados obvian la importancia de las materias teoricas e incluso de los procesos de aprendizaje de los contendios practicos(pateo de propulsion, flotabilidad neutra, orientacion subacuatica, dominio del equipamiento, domino de la ansiedad, estados de stress, etc...).Se han dado casos de instructores o diver master que aun no dominan a la peerfeccion las tecnicas de reanimacion o de rescate y salvamento o las ejecutan torpemente por falta de practica....



© by José Ángel Ribas Espiñeira

LA APNEA

¿TIENES PREVISTO ALGUN INTENTO DE RECORD?

NO!!!!!!!!!!!, mis prioridades han cambiado enormemente, tengo mucho trabajo como presidenta de la FCAS y de CMAS Zona América, incluso con los cursos de educación ambiental en edades tempranas en mi país ("Conozcamos el Mar").Debo aún seguir estudiando los nuevos retos que presenta la apnea para de alguna manera trasmitirlos a los interesados. Tengo además muchos sueños y metas personales y ninguna esta relacionada con tentativos de records mundiales. Estoy muy feliz de los que logre con mi carrera de apneista. Gracias!!



Delphinus Binae

Reportaje de

David Arroniz

www.delphinusbinae.com

© by José Ángel Ribas Espiñeira

SENSACIONES te RECOMIENDA

• **Comprobar el estado general de todo tu equipo**, prestando mucha atención a todos los elementos que intervienen en la respiración del submarinista (regulador, botella) antes de cada inmersión, aunque el equipo sea de alquiler

• **NUNCA hay que bucear solo**, y siempre es preferible que tengamos un compañero en quien podamos confiar.

• **NUNCA subiremos desde el fondo conteniendo la respiración** ni mas deprisa que las burbujas mas pequeñas. Además, seria muy conveniente hacer siempre una parada de descompresión de tres minutos a tres metros de la superficie.

• **Planificaremos siempre la inmersión** según las tablas, pero si por cualquier motivo, entramos en descompresión, siempre respetaremos escrupulosamente las paradas que nos indiquen el ordenador o las tablas.

• Debajo del agua uno alucina y pierde la noción del tiempo, pero **nunca se ha de perder de vista el manómetro ni apurar la reserva de aire** de la botella. Al final de inmersión, siempre hemos de tener al menos 50 bares en la botella.

• **Ante cualquier molestia dentro del agua (oídos, estomago, angustia), ascenderemos inmediatamente**, pero siempre respetando la velocidad de ascenso y las paradas de descompresión si las hubiera.

• Los fondos marinos son maravillosos, pero también pueden ser muy frágiles e incluso peligrosos, así que con respecto a la fauna y la flora submarina: **se ve, pero no se toca**.

• Hay que comprobar el estado de la mar, y **nunca sobrevalorar nuestras posibilidades**; si las condiciones no son las idóneas o tienes alguna duda, no bucees.

• **Mantener siempre la calma**, la claustrofobia y la angustia no nos ayudan en nada debajo del agua; ante cualquier problema, mantener siempre la calma y actuar con frialdad.

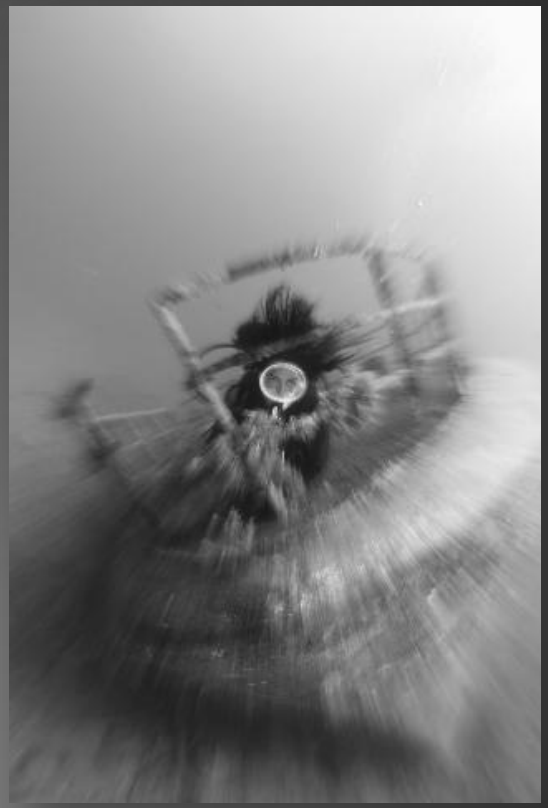
• **Nunca debes tomar alcohol o fármacos** antes de una inmersión.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

CARLOS VILLOCH Y MAITE URIBARRI GANAN EL IV FOTOSUB DE MOGAN

La pareja formada por Carlos Villoch y Maite Uribarri (Bilbao), se proclamó vencedora del IV Fotosub Gran Canaria Costa Mogán.



Su colección de 6 fotografías ha sido la mejor valorada por el jurado este año.

El segundo puesto ha recaído en Antonio Cirer y María Martínez (Mallorca).

La tercera posición recayó en el equipo canario: Arturo Telle y Tete Rodríguez.

Los ganadores de la anterior edición, David Barrios y Luisa Quintanilla obtuvieron el cuarto lugar.

Las fotos premiadas por modalidades han sido: Mejor ambiente: David Barrio (Canarias) Mejor Macro: Arturo Telle(Canarias). Mejor Pez: Fernando Ros (Canarias), Mejor Modelo: Maite Uribarri.

El premio a la mejor fotografía del submarino de Mogán recayó en el Ingles Martin Davis y la mejor colección de Fauna fue para Arturo Telle.

www.SENSACIONES.org

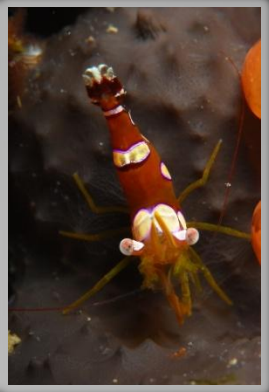
© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

Los premios se entregaron en un acto celebrado en la Playa de Mogán al que asistió un numeroso público, así como el alcalde de Mogán, Francisco González y la Consejera de Turismo del Gobierno de Canarias Rita Martin. . El evento coincidía con las fiestas de San Juan así que el broche final a esta cuarta edición del Fotosub tuvo lugar la tradicional hoguera y un castillo de fuegos artificiales frente al mar.





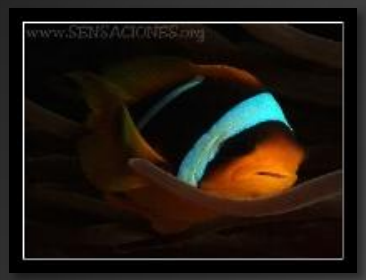





www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FONDOS DE PANTALLA








En www.sensaciones.org, disponéis de más de 200 fondos de pantalla con espectaculares imágenes de los fondos marinos para decorar vuestro escritorio. También disponéis de protectores de pantalla y collages temáticos con multitud de imágenes de los mares de todo el mundo.











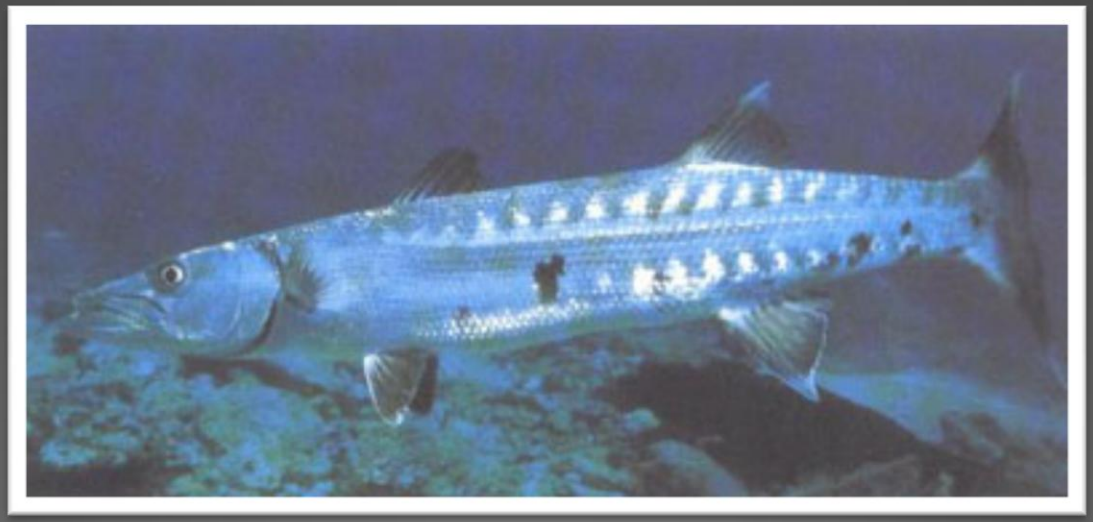


© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Barracudas y Espetones

Tenemos la costumbre de agrupar a todos los espetones y barracudas en el mismo saco, y considerarlos dentro del grupo de los peces peligrosos. Su reputación es mítica y está sobredimensionada. De hecho, no hay una sola barracuda sino varias especies. El objetivo de este informe es conocer un poco mas acerca de estos magníficos peces y sobre todo dejar de temerles cuando durante una inmersión nos crucemos con una hermosa barracuda.



La verdadera barracuda es fácilmente reconocible por su tamaño y por sus manchas negras en los costados posteriores

Existen 18 especies de Sphyraenidae son muy parecidas morfológicamente. Cuerpo fusiforme y cilíndrico, cabezas puntiagudas con grandes mandíbulas generosamente armadas con dientes afilados y una cola en “V” pronunciada, todo esto hace distinguir fácilmente a esta familia de peces.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Algunas especies alcanzan tamaños muy considerables: hasta 2 mts. De longitud y 50 kg. De peso. El resto se sitúan entre los 60 cm. De longitud y rondan los 10 kg. De peso. Su color es normalmente plateado y en muchas especies se encuentran franjas transversales más oscuras.

Los espetones frecuentan las aguas costeras y los estuarios de los océanos tropicales y subtropicales. Son peces pelágicos con un fuerte instinto gregario aunque los peces más grandes pueden viajar solos. Estos últimos solo se agrupan durante su periodo reproductivo, cuando se los puede encontrar formando grandes concentraciones en aguas abiertas. Los espetones son grandes depredadores que se alimentan de otros peces. Los ataques al hombre son muy extraños.

Los Dos gigantes de la familia

La mas conocida es la barracuda (Sphyranea barracuda). Llamada en inglés “Great barracuda” , es sin lugar a duda uno de los gigantes de la familia. Puede alcanzar los dos metros de longitud y sobrepasar los 50 kg. De peso. Se caracteriza por su color plateado y las manchas negras en el tercio posterior del cuerpo por debajo de la línea lateral.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Los entornos que suele frecuentar son muy diversos: las aguas turbias de los puertos, las aguas limpias de los arrecifes y las aguas salobres de las desembocaduras. Se desplaza muy próxima a la superficie aunque puede inmóvil cerca del fondo. Podemos encontrarla prácticamente en todas las aguas tropicales del mundo: indo-pacífico, Caribe, Brasil, Mar Rojo, África oeste donde ocupa el mismo biotopo (desde Mauritania hasta Namibia) que el espetón guineano o el espetón gigante (Sphyraena afra). Esta última puede alcanzar los 2,20 mts. de longitud. Se caracteriza por una veintena de franjas en los laterales. Este pez es uno de los mas codiciados por los pescadores del oeste de África y muy probablemente sea el responsable de los ataques registrados en esta zona del mundo.



Comportamiento de las barracudas

Minimizar la reputación exagerada de la barracuda no significa subestimar riesgo. Hay que insistir en el hecho que las barracudas son depredadores que se encuentran al final de la cadena trófica, en el mismo lugar que los tiburones. Ellas no tienen prácticamente enemigos y son sensibles a algunos estímulos que pueden desencadenar su agresividad. Estos estímulos pueden ser algo que brille mucho (un foco, un flash, algo metálico, etc.) o los trajes de neopreno muy contrastados, es decir un color claro muy llamativo con uno oscuro también puede atraerles.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

BIOLOGÍA

Cuidado para los pescadores subacuáticos

Las barracudas se nutren de otros peces, particularmente cuando estos están heridos. El pescador submarino puede encontrarse en una situación delicada si mientras manipula un pez herido se encuentra próxima alguna barracuda. Esta no siente interés por el pescador pero si por el pez que tiene entre manos, y si tiene suficiente hambre no dudará en atacar al pez que el pescador tiene entre manos.

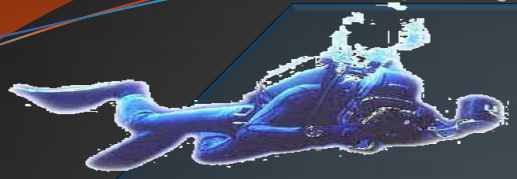
Este tipo de situaciones pueden tornarse aun más peligrosas si nos encontramos en aguas turbias pues al igual que los tiburones, la barracuda cuenta con órganos sensoriales menos sensibles a la opacidad del agua. El hecho de no ver bien lo que tiene delante puede ser contraproducente por que la sangre y las vibraciones del pez herido pueden aumentar su curiosidad y la agresividad lanzándose hacia el pescador de manera incontrolada.



Great Barracuda (Sphyraera barracuda)

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



CONCURSO FOTOSUB MENSUAL

SENSACIONES.org organiza cada mes un concurso de fotografía dentro del foro de SENSACIONES.org en la siguiente dirección: http://www.sensaciones.org/forsensa

La foto más votada, será publicada en la sección foto del mes de la revista SENSACIONES a página completa con el nombre de su autor.

La inscripción es **gratuita** a través del mismo foro de sensaciones sección **CONCURSO FOTOSUB MENSUAL**, y el ganador será elegido cada mes por los miembros del foro mediante votación.

Además la mejor foto será la foto del mes en la revista SENSACIONES y pasará a ser la foto del mes correspondiente en el calendario de fin de año de SENSACIONES.org.

!! ANÍMATE Y PARTICIPA ¡¡



© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

El equipo de buceo

Publicados anteriormente:
Cuchillos – Jacket – Regulador - Traje de buceo
La máscara de buceo - Ordenadors de buceo
Las aletas - Tubos de buceo – Botellas - Focos

Focos

A todos nos habrá pasado en alguna ocasión: hemos echado de menos algún punto de luz en una inmersión; tal vez para poder ver mejor esa maravilla de la naturaleza que se presenta repentinamente ante nosotros o quizás simplemente para poder guiarnos correctamente, sin temor a quedar atrapado en el lugar menos oportuno.

Sea como sea, todos debemos tener claro que el foco es uno de los elementos más importantes del equipo y como tal debe ser considerado.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

FUNCIONES DEL FOCO

No vamos a caer en la simpleza de definir un artículo tan conocido y utilizado no sólo en el medio acuático, sino en la vida diaria de cada uno de nosotros.

Resulta un error el pensar que el uso de las linternas o focos queda exclusivamente cerrado a las inmersiones nocturnas o en cuevas.

Una fuente de luz puede sernos de gran utilidad en pleno día y en mar abierto, ya que con ella podremos analizar el interior de pequeñas grutas, agujeros y grietas; además de ser la única forma para poder apreciar los colores reales de la flora y fauna marina.



CÓMO ELEGIR UN FOCO

En la actualidad tenemos a nuestra disposición multitud de diferentes modelos de focos y linternas: distintos tamaños, prestaciones, precios... según las necesidades y posibilidades de cada uno.

Ni que decir tiene que cada marca pone a nuestra disposición cientos de posibilidades y que cada foco, hasta el más básico o barato, cumple la función esencial para la que está pensado: iluminarnos bajo el agua; ahora bien, cuestiones tan importantes como la manera en que ilumina cada uno de ellos, el tiempo que lo hace... determinan las características del foco ideal para cada uno de nosotros.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Por todo ello y una vez determinado el precio máximo que estamos dispuestos a pagar por nuestro foco, deberemos plantearnos la siguiente cuestión **¿para qué lo queremos?**



Es decir, conviene que antes de dirigirnos a la tienda tengamos bien claras las características de las inmersiones que solemos realizar con mayor frecuencia: será un gasto inútil el comprar un foco de gran potencia para inmersiones deportivas sencillas (además del coste, nos pesará tener que cargar con un aparato de este tipo para usarlo como mucho en una ocasión), si este es su caso, un foco de mano será más que suficiente.

También puede suceder a la inversa: de nada nos servirá un pequeño foco si lo que queremos es explorar una cueva o realizar filmaciones; puede que resulte más cómodo de cargar, pero no cumplirá con los requisitos que de él exigiremos.



Muy bien, ahora ya sabemos el precio que estamos dispuestos a pagar y hemos determinado claramente nuestras necesidades. Ahora sólo quedará decidir el modelo concreto, para lo cual deberán considerarse las múltiples y diferentes prestaciones que ofrece cada casa y cada modelo en concreto ¡casi nada!

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Para poder hacerlo adecuadamente, convendrá que conozca en qué consiste cada uno de los términos que se le expondrán al hablar de focos:

Batería: La batería es, sin lugar a dudas, otro de los elementos más importantes que deben ser tenidos en cuenta a la hora de seleccionar nuestro foco. En general, podemos hablar de dos grandes tipos:

- De pilas
- Recargables: mayoritariamente se utilizan dos: NiCd y NiMH

Algunos modelos conjugan ambos tipos a la vez.

Potencia: se refiere al consumo del foco. Se mide en vatios. Cuanto más elevada sea la cifra que se indique, mayor será la luz que ofrece ese modelo y mayor será el consumo del mismo.

Autonomía: con este término se define la cantidad de tiempo que el foco es capaz de ofrecernos luz de manera continua (sin necesidad de recarga). Depende de la capacidad de la batería, de la potencia del foco y del voltaje.

Peso y flotabilidad: Está claro que cuanto menor sea el peso del foco, más cómodo resultará tanto dentro como fuera del agua. La relación entre el peso del foco y su volumen determinará el grado de flotabilidad del aparato: si ésta es positiva, tenderá a ascender a la superficie, mientras que si resulta negativa se hundirá. Por ello siempre resulta recomendable llevar algún tipo de cordel de seguridad que nos permita llevar el foco constantemente unido a nosotros.

Estanqueidad: se consigue gracias a las juntas tóricas, un elemento principal del foco que debe ser sumamente protegido para evitar su desgaste (lo que supondría decir adiós al aparato). Cada vez que se abra la carcasa deberemos limpiar la junta y su asiento, engrasarla de nuevo ligeramente con silicona y proceder a montarla de nuevo con sumo cuidado para que quede correctamente asentada.

Profundidad máxima: profundidad a partir de la cual la estanqueidad del foco no está asegurada.

Tiempo de recarga: tiempo que tarda la batería en quedar totalmente cargada para un nuevo uso. Dependerá del tipo de baterías y del cargador utilizado.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Descarga profunda: descarga total. Debe evitarse, ya que puede provocar una reducción drástica de la vida útil del foco.
Efecto memoria: se trata de la disminución de la capacidad y del rendimiento de una batería de NiCd, cuando se le somete a continuas cargas y descargas parciales o a largas pausas de uso.
Cargador: existen dos tipos: ❓estándar❓ e ❓inteligente❓. Este segundo corta la carga de manera automática cuando ésta se completa, manteniendo una pequeña tensión para evitar la descarga pasiva.
Carcasa: se fabrican principalmente de dos tipos: aluminio y plástico. El primero resulta idóneo puesto que es ligero y de gran resistencia, teniendo el único inconveniente de que la corrosión marina le afecta, por lo que es necesario un buen cuidado; para evitar este tipo de corrosión, muchos llevan un tratamiento de protección (casi siempre un anodizado). En cuanto al plástico, se trata de un material en el que se está trabajando mucho en nuestros días para evitar su sensibilidad a las altas temperaturas. En la actualidad se han desarrollado nuevos tecnopolímeros que permiten la construcción de focos que pueden resistir altas temperaturas, así como la corrosión, golpes, presión… con las ventajas de que casi no precisan mantenimiento y que su peso es prácticamente la mitad con respecto al aluminio.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

CONSEJOS PARA EL CORRECTO CUIDADO DEL FOCO

- Si quiere que su foco tenga una larga vida, deberá seguir una serie de consejos básicos de mantenimiento que a continuación le comentamos: Tras una inmersión, asegúrese al 100% de que el foco queda apagado. Si permanece encendido puede sufrir un sobrecalentamiento que resultaría muy peligroso para la vida del foco.
- Enjuague el foco con abundante agua dulce después de cada inmersión. Es un consejo válido para prácticamente cualquier elemento del equipo.
- En caso de que no vaya a utilizar el foco durante largo tiempo, asegúrese de limpiarlo bien antes de guardarlo. Para ello le recomendamos que lo mantenga sumergido en agua dulce durante 24 horas. Mientras hace esto, deberá accionar los interruptores y pulsadores, puesto que de esta forma se facilita la expulsión de toda el agua salada que haya podido quedar depositada en ellos.
- Nunca guarde el foco húmedo. Vigile que tanto el foco como su funda estén perfectamente secos antes de guardarlos.
- Mucho cuidado con los golpes (muy comunes en las embarcaciones); pueden dañar las carcasas o la mirilla.
- Cada cierto tiempo, revise el estado de las juntas tóricas. Es importante que cuando abra el foco proceda a engrasar de silicona las juntas antes de cerrarlo de nuevo.
- Si la batería es de NiCd deberá poner cuidado en evitar el efecto memoria, para lo cual es preciso agotar al menos 2/3 de la carga antes de recargarlo de nuevo. Para ello podemos mantener encendido el foco, sumergido en la pila de endulce del centro de buceo, en la bañera o en el fregadero.
- Mantenga el foco siempre guardado en su funda de neopreno, sobre todo si es de aluminio, es la única forma de evitar los roces y arañazos que conllevan la posterior corrosión.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

• Nunca deje el foco expuesto al sol, el aumento de la presión del aire dentro del foco debido a la temperatura puede llegar a hacer saltar la válvula de venteo, desencajar el vidrio frontal o la tapa posterior, y esto ocasionaría que en la primera inmersión que hiciéramos el foco se inundaría.
• Siempre que viaje en avión o envíe el foco por algún medio de transporte, para evitar que el encendido accidental del foco pueda ocasionar un incendio, deberá sacar la lámpara. Muchas compañías aéreas que vuelan a destinos de buceo, están comenzando a exigir que el pasajero lleve el foco como equipaje de mano en cabina y que además saque la lámpara.
• Si el interruptor de su foco es del tipo magnético o efecto hall, cuando lo lleve en el maletero del coche no lo coloque nunca pegado a los altavoces del coche, ya que el campo magnético generado por el imán del altavoz puede llegar a activar el foco de forma accidental y dañar todo lo que se encuentre a su alrededor (según la potencia del foco).



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

La foto del mes "Junio 2008"



Esta es la foto del mes de Mayo elegida por los miembros del foro de **SENSACIONES** como mejor foto del mes. Felicitaciones a:

Yuyeiker

Participa en el concurso "**Foto del mes**" publicando la tuya en esta dirección:
http://www.sensaciones.org/forsensa

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

Otras fotos presentadas al concurso "Foto del mes" Abril 2008











































© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

Psicología y Buceo

Colaborador: Antonio Bermejo Morales – Psicólogo e Instructor OWSI PADI

A través de esta sección D. Antonio Bermejo Morales, nos mostrará diferentes teorías, aspectos y planteamientos relacionados con el mundo del buceo/submarinismo y su planteamiento psicológico. Fobias, Stress, y otros temas de gran importancia serán documentados por este instructor de submarinismo con más de 15 años de dedicación en el ámbito de la psicología. Podéis consultarle cualquier duda o cuestión referente a este tema a través de la sección del foro de SENSACIONES.

El buceo "DIR" y los tópicos en submarinismo

He podido conversar a través de foros y emails con submarinistas que siguen el sistema de buceo DIR, y he podido descubrir personas convencidas de su forma de hacer, pero absolutamente respetuosas y abiertas al debate con otras formas de pensar, muy alejado de los tópicos que vinculan dicha forma de bucear a comportamientos sectarios y despectivos con quienes no siguen su sistema de buceo.



Esto viene a raíz de que es curioso como en submarinismo se es muchas veces agresivo con otras formas de buceo, sin ofrecer argumentos sólidos ni contrastados entorno a la crítica y que pueden llevar a engaño y errores de concepto.

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

La fuerte presencia de personas de bajo calado intelectual (no confundir con nivel de estudios) junto con la dependencia y casi adoración que en las primeras fases del buceo se siente hacia personas de mayor experiencia, puede provocar ,que personalidades débiles encuentren su reino de taifas en el submarinismo , ya sea en su centro o club de buceo o entorno más cercano.



Estas personas acaban confundiendo el submarinismo con ellos mismos, realizando fuertes criticas a todo aquello que sienten amenaza el endeble status emocional, que les proporciona el grupo de "adoradores y sumisos" que les acompañan, algunos por convicción y otros por desconocimiento.
Pero estas personas acaban siendo influenciadores en algunos de los que les rodean, en temas tan delicados como el uso de una o dos primeras etapas, que tipo de jacket utilizar, o que tipo de formación es la adecuada.

Es muy importante que en una cuestión de gran calado como es bucear, tengamos siempre una escucha crítica, con las informaciones que recibamos , estemos abiertos a nuevos mensajes y elaboremos nuestras propias conclusiones sin dejar que nadie decida por nosotros en base a una superioridad técnica en el buceo, que a veces tratan de convertir en una superioridad moral.
Saludos
Puedes opinar al respecto de este artículo en el post del foro:
http://www.sensaciones.org/forsensa/showthread.php?t=2512



Antonio Bermejo Morales

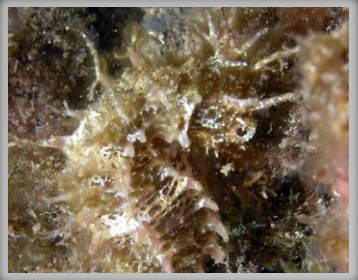
www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



TUS FOTOS POR EL MUNDO

Todas estas fotografías son una selección de las fotografías publicadas en el foro de SENSACIONES por nuestros amigos. Publica tus fotografías en el foro de SENSACIONES y podrás verlas publicadas en la revista.














www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



TUS FOTOS POR EL MUNDO

























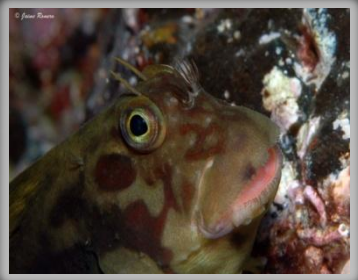

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



TUS FOTOS POR EL MUNDO


























www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira



TUS FOTOS POR EL MUNDO







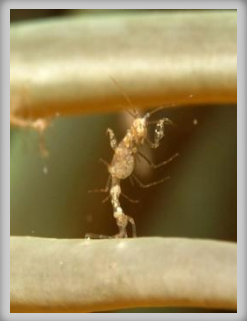












© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

OCEANA PROPONE MEDIDAS PARA FRENAR EL GRAVE DESPILFARRO QUE SUPONEN LOS DESCARTES PESQUEROS

Cada año, más de 7 millones de toneladas de pescado se descartan en todo el mundo. Esto significa que en algunas pesquerías hasta 9 de cada 10 kilos de peces capturados se arrojan, muertos o moribundos, al mar.

Esta es una de las prácticas de pesca más insostenibles en un momento en que los océanos están al borde del colapso.



Los descartes siguen constituyendo uno de los problemas más vergonzosos en las pesquerías de todo el mundo. La Comisión Europea afronta ahora este problema consciente de que tiene a su alcance las herramientas necesarias para frenar este derroche de recursos vivos en un momento en el que la mayor parte de los caladeros dan síntomas de extenuación o están sobreexplotados.

Oceana presentó la semana pasada un documento de respuesta a la consulta realizada por la Comisión sobre aspectos concretos para la implantación de una política dirigida a reducir las capturas accesorias y eliminar los descartes.

PROJECT AWARE
www.projectaware.org

www.SENSACIONES.org
Colabora con el Project AWARE Foundation

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

En el documento, la organización internacional de conservación marina solicita que los objetivos de la política se desarrollen, priorizando la preservación del conjunto del ecosistema, para todas las especies presentes en la captura, y no solo a las especies comerciales.

El conjunto de medidas es amplio, y muchas de ellas suponen profundizar en disposiciones a las que la misma Comisión se ha mostrado favorable. Así, por ejemplo, Oceana apoya el establecimiento de límites para las capturas accidentales, pero cree que esos objetivos deberían situarse por debajo del 10% del total capturado por una embarcación.

Otra de las propuestas de Oceana incluye la creación de zonas de pesca con acceso preferencial para los barcos que usen la mejor tecnología disponible (BAT, en inglés). En muchas ocasiones los stocks son explotados por diferentes artes de pesca, o con artes que han sido modificados, de forma que su repercusión sobre los recursos y el ecosistema son variables. Clasificar los múltiples sistemas y favorecer aquellos que son más selectivos y menos dañinos puede suponer un interesante aliciente para que la pesca responsable se imponga.

Durante años, la falta de interés ha provocado que no se desarrollasen mecanismos, estrategias ni reglamentos para pescar selectivamente aquellas especies que se iban a aprovechar. De esta forma se han consentido –y se sigue haciendo- pesquerías donde se devolvían al mar, muertos o moribundos, hasta 9 de cada 10 kilos capturados.

Según Xavier Pastor, Director de Oceana Europa: *"Ya no es cuestión de enfatizar la gravedad de la situación, sino de comenzar a aplicar las disposiciones necesarias para reducir estas magnitudes"*, y añade *"no cabe duda que algunas de ellas precisarán un fuerte compromiso de las autoridades. Esperamos que todo este movimiento no se quede en una mera declaración de intenciones"*.

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

ÚLTIMA HORA

Una de las medidas consideradas prioritarias es el establecimiento de una prohibición de descartes. Algunos países europeos, como Islandia y Noruega, ya instauraron prohibiciones de este tipo con excelentes resultados. En el caso noruego, por ejemplo, la adopción de esta disposición acompañada de medidas suplementarias situó los índices de descarte en solo un 3.9%, mientras que el resto de Europa convivimos con otras pesquerías que presentan porcentajes del 69% (arrastre de vara en el Mar del Norte) o el 90% (arrastreros franceses en aguas profundas).

Jose Rodríguez, responsable de la campaña de descartes de Oceana en Europa concluye: "*Lo paradójico es que somos muchas las voces que coincidimos con gran parte de las medidas que convendría tomar. Lo que necesitamos es que éstas se adopten con firmeza. Dilatar la toma de decisiones o acabar implantando solo las más suaves puede colocarnos en una situación sin retorno*".

OCEANA

PROJECT AWARE®
www.projectaware.org

www.SENSACIONES.org
Colabora con el Project AWARE Foundation

www.SENSACIONES.org

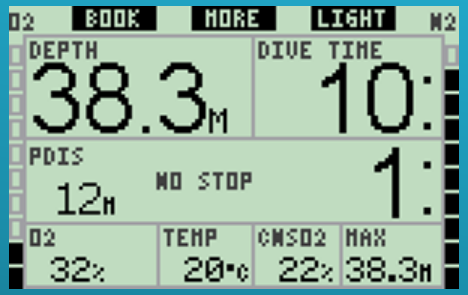
© by José Ángel Ribas Espiñeira

El archipiélago Kiribati se hunde

UWATEC presenta el PDIS (Paradas intermedias en función del perfil)

UWATEC, líder del sector en ordenadores de buceo, presenta el **PDIS**, un algoritmo opcional exclusivo para buceadores técnicos, deportivos y avanzados. Gracias al concepto fisiológico en el que se apoya, el PDIS ofrece una total versatilidad y adaptabilidad a todos los tipos de inmersión.

+ INFO



Curso de FOTOSUB







Sácale partido a tu cámara digital, compacta o réflex. Aprende trucos, mejora tu técnica. Practicas en piscina y en mar.
Más Información: http://www.sensaciones.org/cursos.htm



The Sea Instrument, ordenador de lujo para buceo en la muñeca

La empresa relojera de origen británico Linde Werdelin, ha creado el primer ordenador para submarinistas con acabado de lujo. Se llama “The Sea Instrument” y es un ordenador de buceo de los más completos que existen. Para diseñarlo han contando con la ayuda de buceadores profesionales y ofrece toda la información necesaria para disfrutar de este deporte.

+ INFO

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

A través de esta sección te ofreceremos todo lo relacionado con el buceo e Internet, webs, blogs, webs personales y cualquier cosa de temática similar. Si quieres salir en este apartado envíanos un email con tu dirección a: revista@sensaciones.org

C I B E R D I V E

PELAYOSUB



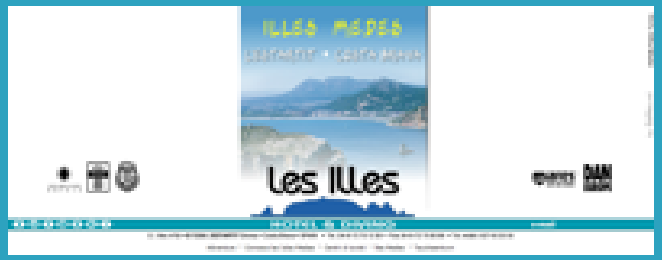
OCEAN SUB



ENRIQUE FABER



HOTEL LES ILLES



SERGIO HANQUET



DIVE HOUSE - Argentina



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Apreciados amigos y seguidores de este proyecto que también es vuestro. Una vez finalizado en SENSACIONAL y GENIAL "Decálogo" del Maestro Chupiguay, y ofreciéndonos este gran personaje continuación de sus escritos, seguimos publicando parte de su legado, en esta ocasión con su obra maestra:

LA GRAN ENCICLOPEDIA DE LA VIDA MARINA

En ella nuevamente el maestro nos referirá utilizando su personalizada forma de ver este nuestro maravilloso mundo de burbujas a todos aquellos personajes y habitantes del mundo submarino. Esperamos que disfrutéis con esta inigualable obra.

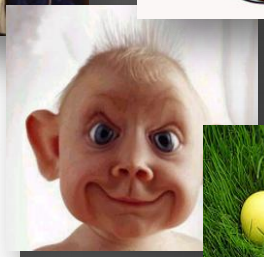
Si la sonrisa alarga la vida, espero daros unos días más de ella con esta serie.

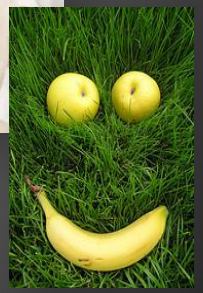










© by José Ángel Ribas Espiñeira

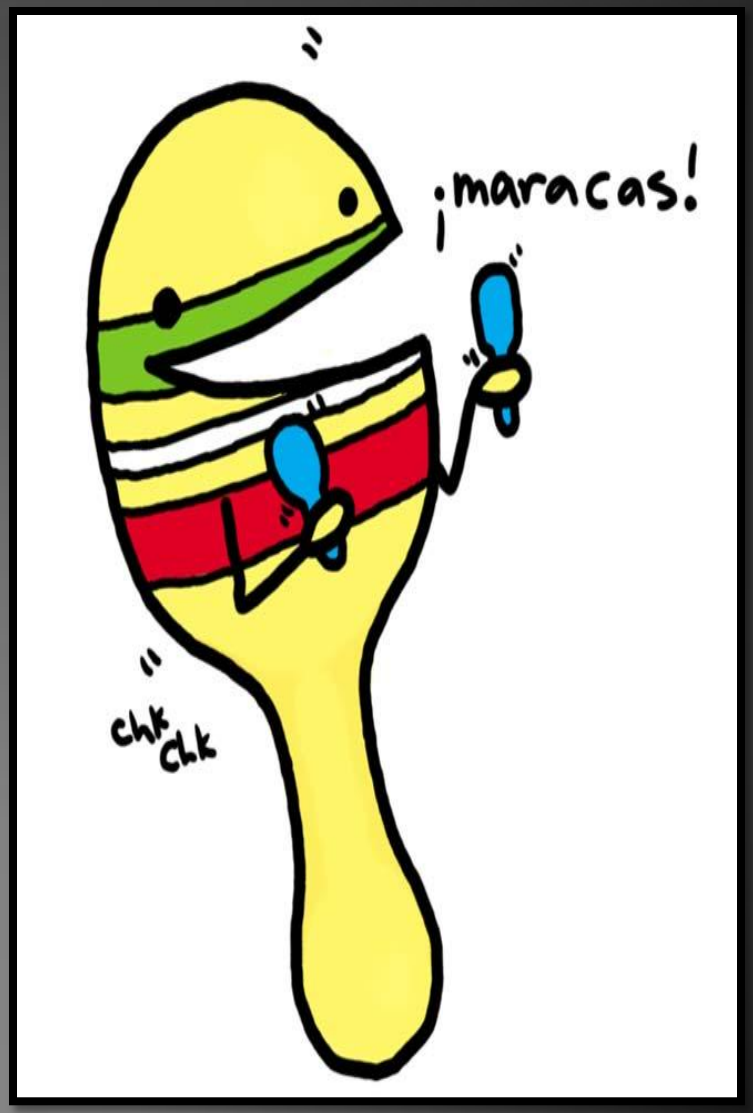
DECO STOP

LA GRAN ENCICLOPEDIA DE LA VIDA MARINA

Vol.2
El "Maracus Insistensis"

Han pasado ya unos días desde mi primera y (como suele ser habitual) exitosa entrega de la Enciclopedia Chupiguay de la Vida Marina, dedicada al Plumbeus Photoshopibus, de la que algunos ya me han comentado les ha servido para identificar numerosos individuos de esta peligrosa especie que rondan por estas aguas.

Estos días no he estado ocioso, como os podéis imaginar. Principalmente me he dedicado a la "Vendimia Seleccionada" (aquellos que llegasteis a leer completo el Decálogo Chupiguay sabéis a qué me refiero) ya que últimamente no hago más que encontrarme chupibuceadores que, empeñados en embutirse en un traje seco, pasan la mayor parte del tiempo flotando boca abajo en aguas medias, e intentando eliminar el aire que se embolsa en sus extremidades inferiores (momento que, ya sabéis, debéis aprovechar para "aligerarles" del peso de todo aquello que les resulta innecesario como focos, cámaras, etc.).



© by José Ángel Ribas Espiñeira

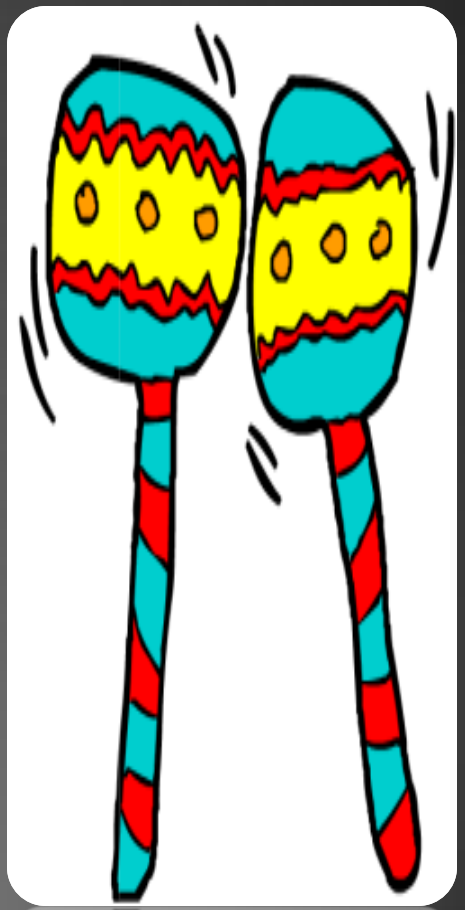
DECO STOP

Es tan fácil que a veces (muy pocas, por supuesto) incluso me apena aprovecharme así de la situación, pero es que tenéis que reconocerlo: a todos los chupibuceadores, en cuanto ois la palabra "vacaciones", os entra una especie de baile de San Vito, y os autoconcienciais que "el agua está estupenda", aunque luego resulte que no sube de 12 grados y la visibilidad no supera los 3 metros.

Y claro, os ponéis a dar aletas como posesos, haciendo que observáis atentamente las rocas y la posidonia como si allí fuérais a encontrar el descubrimiento del siglo, y ni os enteráis de que un habilidoso buceador chupiguay puede estar haciéndoos partícipes de una de las famosas "poda de los imbéciles". Allá vosotros...

Pero me estoy desviando del tema... Aparte de estas actividades lucrativas (ya sabéis que si queréis vivir del buceo, tarde o temprano deberéis dedicaros a esto), en estos dos días no he dejado de rellenar notas en mis cuadernos de campo acerca de extraños avistamientos de raros especímenes en nuestras aguas.

Sí, no os extrañéis, vuestro idolatrado Chupiguay es un profesional que no sólo se caracteriza por su modestia y altruismo, sino que también es sistemático, por lo que en cada inmersión suelo ir acompañado de un cuaderno de campo convenientemente acondicionado para soportar un entorno submarino (algunos ya lo habéis adivinado... metido en una de mis bolsas -mas o menos estancas- del carreful, que valen pa tó)



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Aparte de lamentar que la invasión de Plumbeus Photoshopibus (ver la primera entrega de esta enciclopedia) empieza a ser alarmante, principalmente potenciada por las aguas ricas en nutrientes y por la lamentable pasividad de las autoridades, he tenido recientemente numerosos encuentros con otra criatura casi tan peligrosa como aquel "chupi-fotosub", que es el temible "Maracus Insistensis" (conocido vulgarmente como chupi-sonosub)

Capítulo 1: Yo tarzán, tú chita (El Descubrimiento)

Me hallaba yo un día tan tranquilo en mis dominios subacuáticos en plena posición del mexicano (ya sabéis, descansando sentado sobre un blandito manto de coralígeno, piernas estiradas, espalda contra las gorgonias para acolchar la dureza de la pared y sombrero sobre los ojos. Mucho mejor que la del buda que os enseñan a los chupi-divemasters) cuando me despertó un sorprendente sonido... Era algo así como *chaka...chaka. Chaka... chaka"



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Abrí los ojos y eché mano al fusil, y cual no sería mi sorpresa cuando encontré frente a mí a una extraña criatura de aspecto peculiar que me observaba con abultados ojos y agitaba un extraño apéndice tubícola por donde parecía emitir aquel sonido a intervalos regulares "chaka... chaka".

Como no parecía peligrosa (cosa que luego comprobé que no era cierta) sino más bien otro de esos animales más bien insulsos que tanto pueblan nuestras aguas y que os empeñáis en fotografiar como si fueran algo que mereciera la pena, en vez de ensartarla con el arpón me contuve y le dí un empujón para que me dejara seguir con mi siesta.

La criatura, lejos de amilanarse (seguro que hubiera funcionado mejor apuntarle con el fusil, como siempre), permaneció frente a mí, haciendo extraños movimientos, mirándome con sus ojos saltones, y agitando aquél apéndice tubícola con su sempiterno *chaka... chaka*

Dando ya la siesta por perdida me incorporé y, como sabéis que soy de talante amable y respetuoso con todo bicho viviente, consideré que la extraña criatura, aunque pareciera bastante boba, estaba intentando comunicarse conmigo, quizás diciéndome que se llamaba "chaka-chaka". Yo, como suele ser mi respuesta habitual, me eché una mano a mis partes, para hacer la correspondiente presentación, y pensando que quizás la criatura perteneciera a una rama de las Chupi-criaturas-avanzadas-PADI, le hice el gesto de "OK" con la otra mano, cosa que, como sabéis, sirve lo mismo para saludar a un idiota, para mandar al pesao del divemaster a la mierda, decir adiós a la maciza que te acaba de dar calabazas, o para hacer una tortilla de patatas.

La criatura pareció entender mi saludo/presentación, y se alejó de allí con aspecto de estar contenta, momento que aproveché para sacar mi cuaderno de notas de campo y seguirla, lo que me permitió tomar una serie de anotaciones muy interesantes que paso a compartir con vosotros.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Capítulo 2: Ande vas, triste de tí (Comunicación y Vida Social)

Esta extraña especie, al revés que el Plumbeus Photoshipibus, suele nadar de manera impulsiva, con aleteos rápidos, cambiando contínuamente de dirección, y recorriendo distancias relativamente cortas. Se detiene ante cualquier punto que le resulta interesante, y lo investiga por medio de su apéndice (*chaka... chaka.. chaka*). Curiosamente, no es necesario que el punto tenga algo interesante (desde nuestra perspectiva de seres racionales e inteligentes, claro). Por lo general este animal se detiene ante absolutamente cualquier cosa y agita su apéndice, y cuando considera que encuentra algo de mayor interés (tampoco os creáis que gran cosa, suele ser un simple salmonete o un pepino de mar), entonces lo agita con mayor fuerza y a un ritmo más frenético (*chaka-chaka-chaka-chaka*)



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Cuando el objeto hallado pertenece a lo que considera de un rango "extraordinario" (alguna tontería como una morena asomando de una cueva, un pulpo rascándose los tentáculos, o un cabracho tomándose unas copas), entonces la criatura entra en una especie de éxtasis y, convulsionándose, agita como una posesa su apéndice (*¡¡¡CHAKA-CHAKA-CHAKA-CHAKA!!!*) mientras gira 360º sobre su eje una y otra vez, mirando con sus abultados ojos a su alrededor.

Gracias a esto, descubrí que esta prodigiosa especie tiene propiedades telepáticas. Sí, como lo leéis, propiedades telepáticas. En aquella ocasión, aparte de seguir agitando como si le fuera la vida en ello su apéndice ante la aparición de una sepia (la cual, por cierto, parecía divertirse con la escena), la criatura alzó su otra extremidad y, empleando dos apéndices (los otros parecen habérsele atrofiado a lo largo de la secuencia evolutiva) se señalaba una y otra vez los ojos y a continuación señalaba hacia la sepia, que ya por entonces se descojonaba viva...

Curiosamente, como si aquello tuviera una equivalencia telepática con la danza que las abejas efectúan para indicar a sus compañeras dónde se hallan las flores, en unos instantes me vi rodeado de otros seres de la misma especie, todos ellos agitando convulsivamente sus apéndices sonoros, señalándose a los ojos y luego señalando a la sepia, mientras se miraban unos a otros.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Tengo tres hipótesis al respecto de tan extraño comportamiento social:

1.- Las sacudidas del apéndice, su frecuencia e intensidad, tienen algún tipo de relación con el tamaño del aparato sexual de la criatura.

Todos aquellos que ya habéis iniciado la parte teórica de mi curso de buceo tántrico (os mandaré un mail a algunas para iros convocando a la parte práctica) sabéis perfectamente que la gran mayoría de los actos que se realizan bajo el agua tienen siempre como objetivo demostrar que "uno la tiene más larga", ya sea mediante hechos fehacientes en dicho entorno submarino, o bien mediante los correspondientes alardes posteriores en superficie.

Esta extraña actitud de la criatura que estamos analizando podría quizás encajar en dicha categoría, ya que cuanto más agita el apéndice y consigue juntar otros miembros de su especie a su alrededor, más parece alardear de sus capacidades de observación (y por extensión, de su capacidad sexual)



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

2.- El sonido del apéndice se emplea como mecanismo de defensa.

También he valorado la posibilidad de que la criatura agite su apéndice como señal de peligro y medio de defensa. Cuando encuentra algo que puede resultar peligroso, convoca así a su alrededor un banco de criaturas semejantes, todas ellas sacudiendo desesperadamente sus tubos y señalándose una y otra vez los ojos y al animal correspondiente.

Esto por lo general confunde (o parte de risa) a cualquier depredador, lo que garantiza la supervivencia de la especie.

Sé que algunos podríais argumentar "¿y qué hay de peligro en una liebre de mar o en una pareja de sargos?".

Tendríais toda la razón, pero recordad que esta especie que os estoy describiendo, y tras muchas horas de investigación por mi parte, no parece tener muchas luces, así que quizás en su corto y escaso raciocinio, cualquier objeto móvil (o incluso inmóvil) podría ser un peligro en potencia, lo que justificaría por otro lado el uso indiscriminado que hacen de su apéndice sonoro.



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

3.- La criatura es imbécil

Aunque a priori estuve a punto de tomar esta hipótesis como la más plausible, finalmente la rechacé por reducción al absurdo. Todo parece indicar que la tesis es válida (el extraño comportamiento del animal, el escaso criterio que muestra, su simplona cohesión social, etc.).

Sin embargo, la naturaleza es muy sabia y (aunque hay algunas muestras a nuestro alrededor que podemos catalogar como excepción a la regla) las criaturas estúpidas suelen ser eliminadas por pura selección natural, lo que haría imposible que un ser tan ridículo como el que nos ocupa hubiera sobrevivido hasta nuestros días.

Por ello, pensé que debía haber algo en todo esto que se escondía a mi escrutinio, algo oscuro y terrorífico, algo innombrable acerca de aquella abominación (caray, sigo emulando a H.P.Lovecraft), y obviamente vuestro valeroso Chupiguay debía sacar aquello a la luz para el bien de la humanidad.

Aún me estoy recuperando de aquella experiencia: para mi asombro, amigos y discípulos, he descubierto la terrible verdad de aquella criatura, y el tremendo peligro en el que nos hallamos, indefensos no sólo ante sus apéndices sonoros, sino especialmente ante... ehem, pero creo me estoy adelantando. Seguid, seguid leyendo...



© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Capítulo 3.- Como venga mi primo el de zumosol... (Estado larvario y estado adulto)

Tras varias semanas de duro estudio, y otras tantas en una clínica de desintoxicación (creo que la próxima vez debería estudiar algo más lejos del bar), la verdad se hizo evidente ante mis ojos cuando un día, mientras metía la mano en una cueva para sacar un par de congrios que me parecía haber visto en su interior, de repente oí justo al lado de mi oído un sonido que casi me hiela las venas, una especie de "*mmmmmooooOOOOOOOOOC... mmmmmooooooOOOOOOC*" que lo primero que me hizo pensar es que el Titanic en persona venía a por mí (supongo que algun fantasma en su interior aún me guarda rencor que bajara aquel día a pulmón a esquilmar un poco los camarotes).



Me giré, y cual no sería mi sorpresa cuando me encontré una criatura de características semejantes a las que os describía antes (ojos abultados, mirada que denotaba pocas luces, etc.), que igualmente repetía el gesto de señalarse a los ojos y a continuación señalar un nudibranquio de mierda que había en la pared a mi lado. Me quedé sorprendido... aquella criatura, a pesar de comportarse tan estúpidamente como la otra, no parecía mostrar el apéndice sonoro tubícola característico. Aquí había algo raro... La seguí raudo y veloz, y cuando se detuvo a los pocos metros extasiada ante un erizo diadema, comprobé de qué se trataba. Esta criatura era una variedad, en estado adulto, de aquella otra que os explicaba.

© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Todo parece indicar que cuando estas simples criaturas evolucionan, se les cae el apéndice en forma de tubo, y en su lugar se produce una especie de engrosamiento en el aparato sexual de la criatura (que, para vuestra sorpresa, parece colgar de su hombro izquierdo... lo cual me hace recordar aquella postura a -35 mts con la Rosi que... uy, que me despisto).

Pues eso, que en el estado adulto, a la criatura se le produce un engrosamiento en su aparato sexual, que cuando es presionado emite el sonido que os intentaba reproducir antes "*mmoooOOC... mmoOOC... mmmooooOOOC*" (aunque algunas variedades reproducen algo más parecido a un "*cuuuaaaAAAC, cuaAAAC, ccuuuuAAAAC*")

Hasta ahí todo bien, si no fuera porque la criatura en estado adulto también desarrolla una costumbre harto dañina, y es acercarse casi hasta el oído de su víctima, para ahí reproducir su "*mmoooOOC... mmoOOC*". ¿Será de nuevo un mecanismo de defensa, o en su lugar nos encontraremos ante una refinada técnica de ataque? O

bservaciones posteriores me han hecho decantarme por lo segundo, ya que he tenido ocasiones de ver a un tiburón acorralado, rodeado de varios especímenes en estado adulto (y alguno larvario), todos ellos reproduciendo sus "*mmooOOC... moOOC... chaka-chaka-chaka*", que desde luego parecían ejercer un pánico atroz en el pobre escualo, incapaz de moverse ante aquella muralla de sonido que se alzaba a su alrededor.

Aquello confería de unas características peligrosas a esta especie, desde luego. Sin embargo, aun quedaba lo peor...

© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Capítulo 4.-
Yo te doy cremita, tú me das cremita... (La simbiosis)

Aún no me he recuperado del descubrimiento... es demasiado aberrante... demasiado peligroso... pero debo contároslo, para que os preparéis ante una situación como la que os voy a describir.



Me encontraba el otro día paseando a mi tortuga marina cuando de repente oí a mis espaldas el ya conocido "chaka-chaka-chaka"... me giré, dispuesto a mandar a la mierda al pesao del bicho aquel que me estuviera siguiendo, cuando *ffllaaAAASSH*, fui objeto de un ataque a traición por parte de un enorme Plumbeus photoshopibus (menos mal que tuve reflejos para lanzarle una patada a los huevos... si no, ahora quizás estaría en su aparato digestivo, siendo triturado en el "photoshop").

Una vez recuperado del incidente, pude comprobar que aquello no era fruto de la casualidad... para mi sorpresa, las dos especies, el Plumbeus photoshopibus y el Maracus insistensis, son capaces de acoplarse en una auténtica simbiosis que aporta beneficios a los dos. ¿Verdad que es aberrante?

© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

El Maracus, con sus movimientos más veloces y dispersos, localiza y con su *chaka-chaka-chaka* avisa de la presencia de posibles víctimas al Plumbeus photoshopibus, el cual se acerca y, tras devorar a la presa y almacenarla en su estómago de 1Gb, hace el gesto de OK al Maracus insistensis, el cual, como comentaba antes, engorda de satisfacción ante tales muestras de agradecimiento, y se mueve rápidamente en busca de otras presas.

Por todo ello os ruego la máxima precaución en vuestras inmersiones (la seguridad ante todo, ya sabéis): cuando oigáis a vuestro alrededor un *chaka-chaka* no os relajéis penséis en la simplona criatura del principio. En su lugar poneos en guardia ante la eventualidad de que tras él llegue un espécimen adulto (recordad su atronador *mmmoooOOOC-mmmOOOOOCC*), que os pueda dejar aturdidos de tal modo que os convirtáis en la próxima víctima de algún Plumbeus Photoshopibus.

Hala, a seguir bien,
Chupiguay



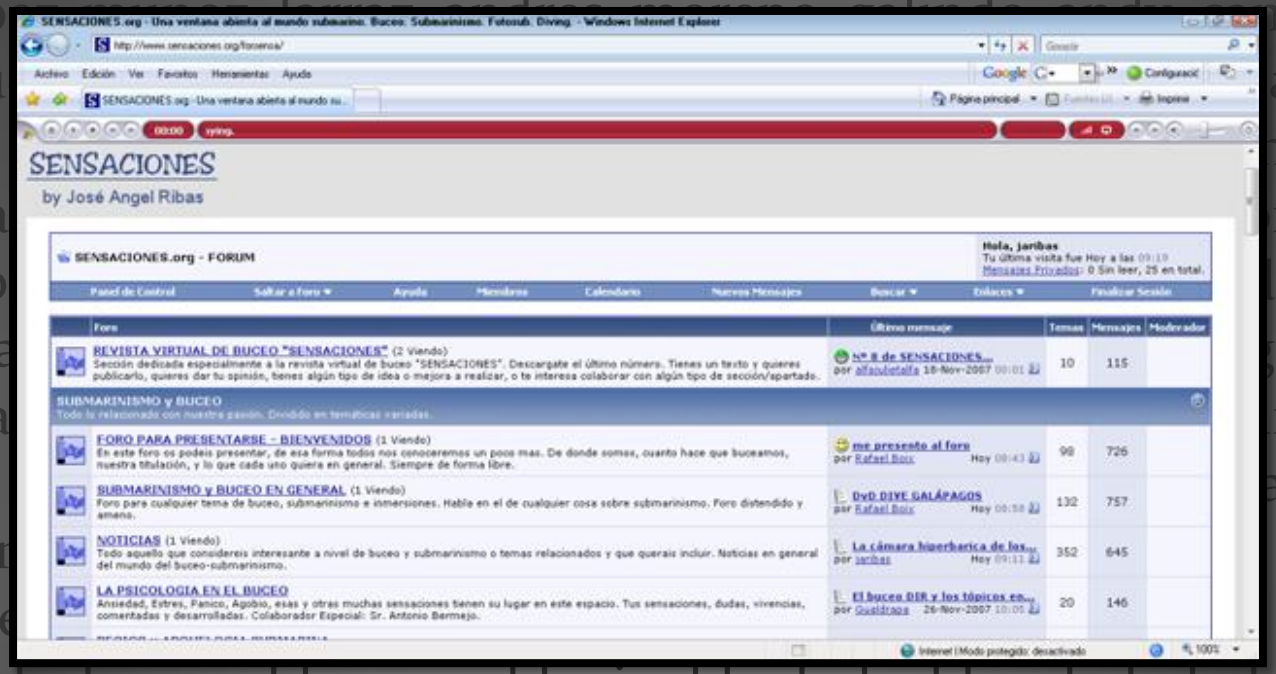
www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORO DE SENSACIONES

Más de 19.000 mensajes

Más de 3.300 amigos



GRACIAS A TODOS

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN

ESCUELA de BUCEO. Con Rodolfo Betti. 1.977

En este número os muestro nuevos episodios de esta escuela de buceo en formato Comic y patrocinada por la casa Mares.
Resulta simpática la forma de explicarlo todo, y pese a los años que han pasado, muestra un gran espíritu docente. Personalmente lo veo genial para los que comienzan independientemente de su nivel ya que es algo ameno en su lectura, fácil en su dialogo y por supuesto gráficamente perfecto.
Lo dicho, a seguir con los nuevos capítulos de este manual, curso de buceo en formato comic.
No olvidéis que data de los principios de los 70.



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

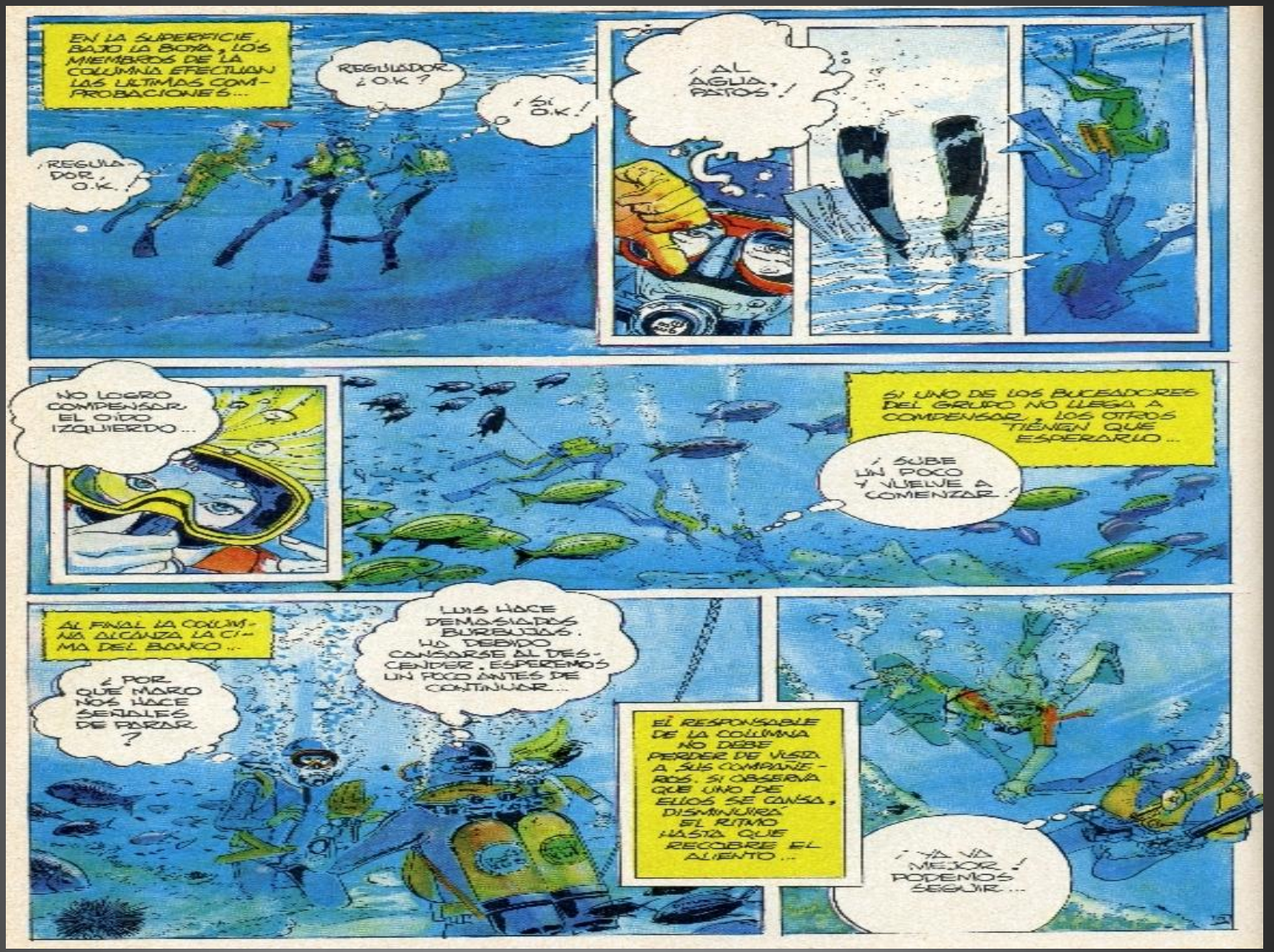
FORMACIÓN



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

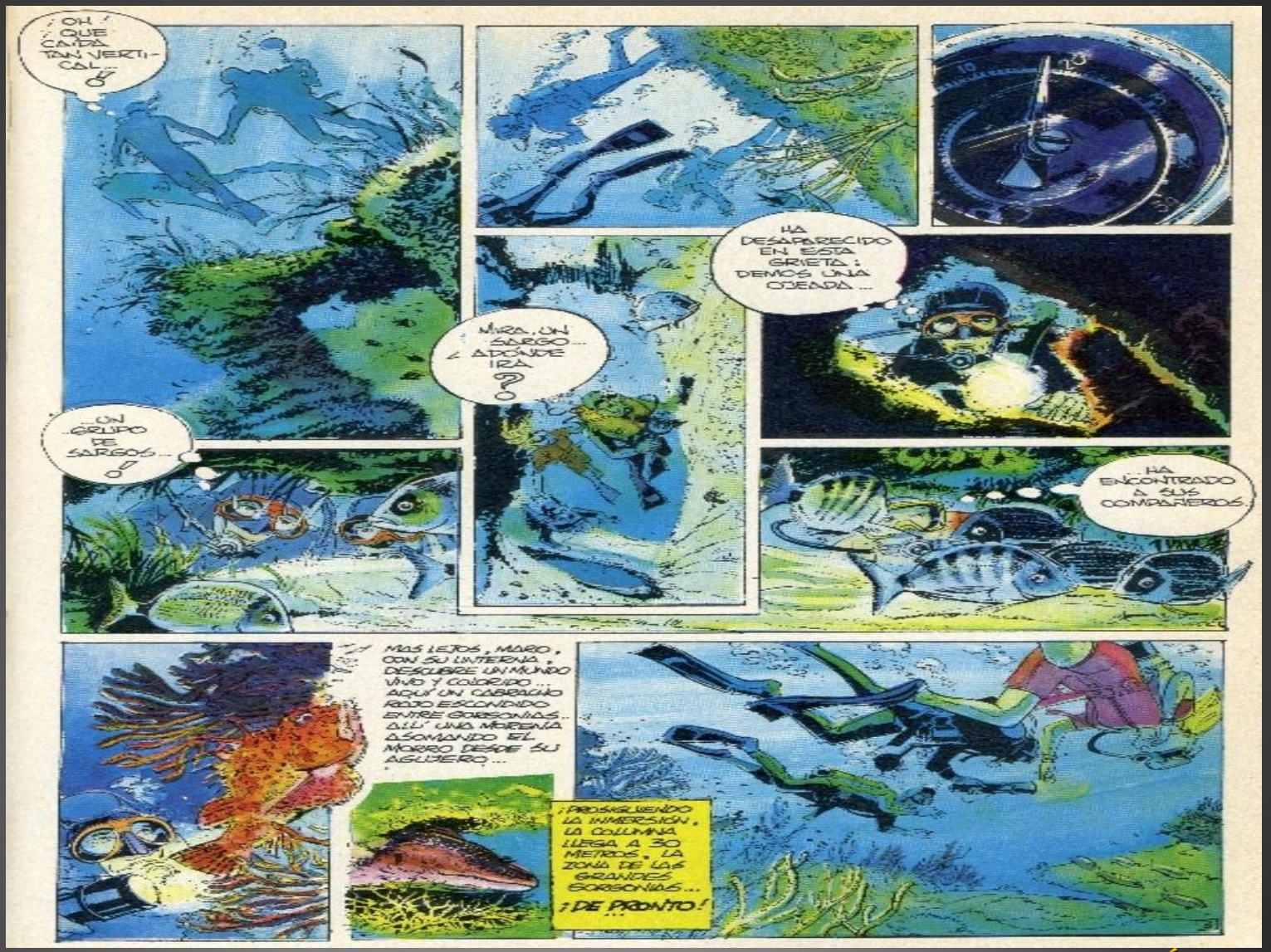
FORMACIÓN



www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

FORMACIÓN



CONTINUARÁ....

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

VIDEOSUB

La idea de esta sección es ofreceros una lista de videos de temática submarina para que los disfrutéis directamente desde vuestro PC y sin tener que pasar horas de navegación. La lista será una serie de enlaces que os llevarán directamente a la página donde se encuentra el video.

Titulo	Enlace
Roatan: Pecio Princep Albert y avión DC4	
Buceando en un B-17	
German Dornier - DO-24 - Noruega	
Avión Corsario - Oahu - Hawaii	
Avión Heinkel-Dornier Lalonde 2006 Sur de Francia	

http://www.videosdebuceo.com

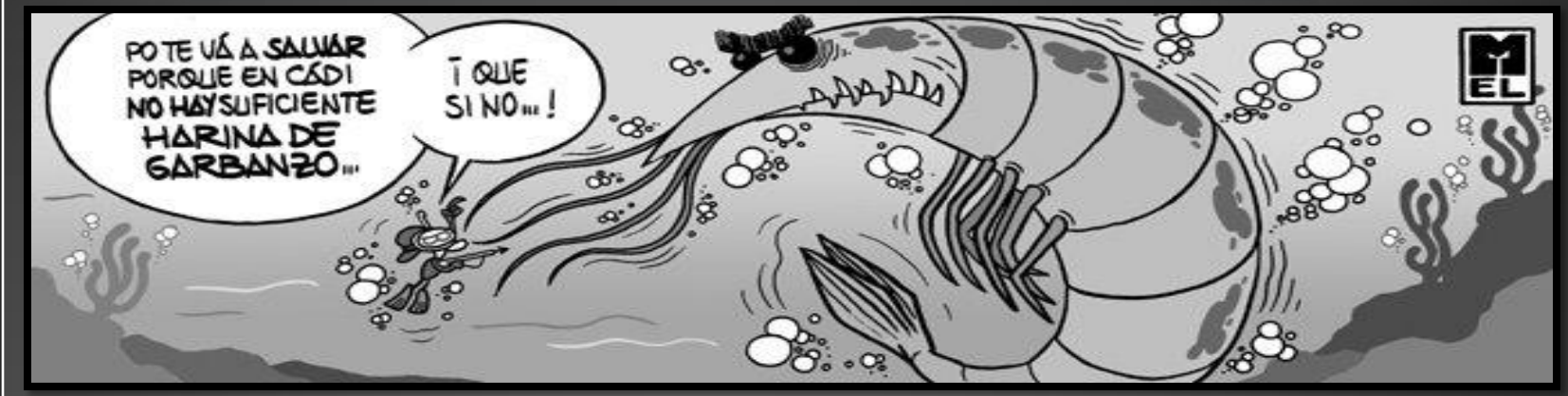


© by José Ángel Ribas Espiñeira

DECO STOP

Unas risas nunca van mal

No todo va a ser buceo







www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

TODOS LOS NUMEROS DE LA REVISTA

GRATIS

Descárgate todos los números de la revista totalmente gratis. Pulsa sobre la imagen.

































17
Agosto 2008

18
Septiembre 2008

19
Octubre 2008

20
Noviembre 2008

www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

Editorial

Bueno, y hasta aquí este nuevo número de **SENSACIONES**, espero que te haya gustado tanto en su composición, como en su contenido y si hay algo que no te gusta, alguna cosa que modificarías o tienes alguna idea que aportar no dudes en hacérmelo saber a través del foro de sensaciones: http://www.sensaciones.org/forsensa o por correo electrónico a la dirección: info@sensaciones.org

Recuerda que sólo hay un motivo para todo esto, **vosotros**. **SENSACIONES** es un proyecto gratuito hecho por submarinistas paras submarinistas.

Este boletín es de libre distribución, sin derechos ni copyright o sea si lo deseas envíaselo a tus amigos y conocidos para que disfruten de él.
Si te ha llegado por medio de un tercero, te invito a que te apuntes a nuestra lista de amigos y te lo enviaremos de forma directa a tu buzón de correo cada mes, así no tendrás que esperar a que alguien te lo pase.
Si quieres colaborar con la revista puedes enviar un email con tus fotos, textos, reportajes, relatos y lo publicaremos en el siguiente número.
Para apuntarte:
http://www.sensaciones.org/listas.htm
Las marcas así como los textos mencionados son propiedad de sus respectivos dueños y creadores.



J. A. Ribas