



Mar Rojo – Red Sea





## SUMARIO de este número:

- Saludos y Bienvenida pág. 3
  - Noticias breves pág. 5
  - Buceo técnico: Que es el buceo técnico? pág. 9
  - Artículos: El pánico pág. 15
  - Formación: La preparación física en el buceo pág. 45
  - Tus relatos: Tabla de denominación del estado del agua y corrientes pág. 58
  - Bricosub: Reparación de cremallera semi seco. pág. 64
  - Viajes y Buceo: Las islas Galápagos pág. 65
  - Pecios: El Kalais pág. 82
  - Formación: Controlando la flotabilidad pág. 88
  - Psicología: Reacciones individuales ante la narcosis pág. 97
  - Medicina: Enfermedad descompresiva o "Bends" pág. 106
  - Buceo técnico: Buceo en cuevas al estilo "ingles" pág. 116
  - Concurso "foto del mes" pág. 127
  - El consultorio de Chupiguay: Sobre el mejor destino de buceo pág. 131
  - Videosub pág. 144
  - DecoStop: Unas risas nunca van mal pág. 145
  - Editorial pág. 147
- Además:
- Noticias
  - Fotosub
  - Última hora ..... y mucho mas....

[www.SENSACIONES.org](http://www.SENSACIONES.org)

Una ventana abierta al mundo submarino

[www.SENSACIONES.org](http://www.SENSACIONES.org)

### Gestión y Publicidad:

R&R I.D.S.

Telf.: +34 654.753.351

[info@rrids.com](mailto:info@rrids.com)

### Dirección y Redacción:

José Ángel Ribas Espiñeira

### Diseño:

R&R I.D.S.

### Colaboradores:

Antonio Bermejo Morales

Antonio Segura García

Norma Colet García

Si deseas colaborar escribe a:

[revista@sensaciones.org](mailto:revista@sensaciones.org)

Si deseas incluir **PUBLICIDAD**

:

[publicidad@rrids.com](mailto:publicidad@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.



## ☹ EL TIEMPO NO ACOMPAÑA ☹



Pues si, por mucho que se haya dicho siempre que “en Abril aguas mil”, o “que hasta el 35 de mayo no te quites el sayo” y circunstancias similares, la verdad es que últimamente el tiempo no acompaña para la práctica de nuestra gran pasión.

Menos mal que siempre podemos recurrir a este gran mundo llamado Internet que nos ayuda cuando no podemos bucear y estamos en dique seco. Compartimos experiencias, fotografías, relatos, información y hablamos de todo ello de forma que aunque no podamos suministrarnos ese nitrógeno necesario para saciar nuestra afición, podemos seguir pegados a nuestro maravilloso mundo desde el sillón de casa.

Y bueno, como apoyo a todos esos que no pueden bucear, disfrutar del mar, y de este mundo de **SENSACIONES**, ya sea por el tiempo, lejanía, circunstancias, intentamos desde aquí ayudarles a todos con esta nueva edición de esta vuestra revista **SENSACIONES**.

Como habréis comprobado, lo más llamativo de este número es el nuevo formato, nuevos colores más actuales, más frescos y con la idea de renovar nuestra imagen; ya que en **SENSACIONES** siempre hemos creído en el dicho de “Renovarse o morir”.

Y con esa idea y la idea de seguir aportando ese pequeño granito de arena a este mundo de burbujas, este mes os traemos nuevos temas, reportajes, artículos y noticias de la más variada índole esperando como siempre que disfrutéis de todo el contenido almacenado en estas más de 100 páginas que realizamos cada mes con el total cariño e ilusión que podemos aportar.



## QUIERES COLABORAR EN SENSACIONES Y COMPARTIRLO CON MÁS DE 10.000 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 miles de 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](mailto:revista@sensaciones.org) y contactaremos contigo para maquetarlo.



## **Un buzo brasileño supera una operación para extraer un arpón de su cabeza**

Un buzo brasileño fue sometido con éxito a una operación para extraer de su cabeza un arpón, con el que fue herido cuando se disponía a bucear en la bahía de Río de Janeiro, informaron fuentes médicas.

[MAS INFO](#)

## **Nueva Revista de Buceo electronica Mexicana**

Aparece este 2009 una nueva revista dedicada a nuestro maravilloso mundo de burbujas:  
<http://www.rangoextendido.org>

[MAS INFO](#)

## **Hundirán 200 pesqueros para crear arrecifes artificiales en Venezuela**

Las autoridades venezolanas anunciaron hoy que hundirán unas 200 embarcaciones que se dedicaban a la pesca de arrastre para generar arrecifes artificiales.

[MAS INFO](#)

## **China planea rescatar un navío de la dinastía Ming hundido hace cuatro siglos**

Un equipo de arqueólogos chinos planea recuperar los restos de un navío mercante perteneciente a la dinastía Ming que se hundió en la costa meridional de Cantón hace más de 400 años

[MAS INFO](#)



Foros, fotografía, reportajes, viajes, materiales, medicina, psicología, relatos, logbook, biología, eco buceo, tablas, señales y ..... mucho más.

## !!! NO TE LA PIERDAS !!!

**!! el mejor fin de año de tu vida !!**

INICIO | FOROS | EXPOS | CONTACTO

www.SENSACIONES.org

**+130.000 buceadores cada mes TU PUBLI**

**OFF TOPIC**  
Fotografía aleatoria de temática variada.

**VIAJES SENSACIONES**  
Próximos viajes de buceo

**FIN DE AÑO 2008**  
del 28 de Diciembre al 4 de Enero  
**MAR ROJO - RUTA NORTE**

**José Angel Ribas Espiñeira**  
Conoce un poco más de mi y de mi pasión por el mar, el submarinismo y la fotografía submarina

**LA REVISTA**  
La revista de buceo Gratuita  
Reportajes, noticias, viajes, relatos y mucho más

**FOTOSUB**  
Todas las fotografías ordenadas por categorías, sitios, especies y demás

**REPORTAJES DE VIAJES**  
Los viajes de nuestros amigos, contados por ellos mismos

**FOROS**  
Comparte tu pasión con toda la comunidad de amigos de SENSACIONES.

**MUY PRONTO**  
*Como si estuvieras allí*

**PROXIMAMENTE**



**! Ya somos más de 500 amigos i**



**SENSACIONES ya está en el FACEBOOK.**

Hola amigos y amigas, ya podéis uniros al gran grupo de amigos y amigas buceadores que hemos creado en el **FACEBOOK**, para estar todavía más conectados.

En una semana más de 400 amigos ya se han apuntado, **!! TE ESPERAMOS !!**

Buscarnos por SENSACIONES o bien a través de este enlace.

<http://www.facebook.com/group.php?gid=67972342712>



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS



## El primer pez robot del mundo vivirá en Gijón

Un equipo científico británico ha desarrollado un pez robot del tamaño de una foca (aproximadamente 1,5 metros), parecido a una lubina colorista, que nadará por aguas de Asturias para detectar contaminación. Si las pruebas en el puerto de Gijón tienen éxito, el equipo planea utilizarlo en ríos, lagos y mares de todo el mundo.

El robot, con aspecto de carpa, cuesta unos 21.250 euros e imita el movimiento de un pez real para desplazarse. Está equipado con sensores químicos para localizar contaminantes potencialmente peligrosos, como filtraciones de barcos o de tuberías subterráneas. Los científicos han creado hasta cinco modelos parecidos.

El pez transmitirá la información a tierra utilizando tecnología wi-fi. A diferencia de otros peces robot, que necesitan controles remotos, éste podrá navegar de forma independiente sin ninguna interacción humana.

Rory Doyle, científico investigador en la compañía de ingeniería BMT Group, que desarrolló el robot en colaboración con investigadores de la Universidad de Essex, ha dicho que hay buenas razones para hacer un robot con forma de pez, en lugar de un mini submarino convencional.

*"Utilizando un pez robótico estamos partiendo de un diseño creado por cientos de millones de años de evolución que es increíblemente eficiente energéticamente", ha declarado. "La eficiencia es algo que necesitamos para garantizar que nuestros sensores de detección de contaminación puedan navegar en el entorno submarino durante horas y horas".*



## ¿ QUE ES EL BUCEO TÉCNICO?

# BUCEO TÉCNICO



Esta es una pregunta muy común y que se confunde muy fácil. Tienes varias definiciones, pero en resumen se podría decir que es "buceo que excede los límites del buceo recreativo y que requiere un extenso entrenamiento y equipo especializado", pero **¿Que significa?**, los límites del buceo recreacional son: No exceder los límites de no descompresión de las tablas o computador, no exceder la profundidad de 40 metros, no bucear en donde no hay acceso directo a superficie, en espacios donde no hay luz natural o no más de 60 metros lineales.

Esto significa que en un buceo que excede los 40 metros de profundidad con una mono botella, se considera como buceo técnico? La respuesta en **NO**, y un profundo **NO**, y una persona con una bibotella buceando a mas de 40 metros, tampoco puede considerarse como un buceador "tek". Volviendo a la definición de buceo técnico hay que agregar tres elementos fundamentales:

- Extenso entrenamiento
- Equipo especializado
- Entrenamiento técnico

El buceo técnico, permite a los buceadores bastante mas allá de los márgenes seguros de buceo a nivel mundial. En el buceo técnico, uno puede hacer todo correcto y aun así se puede salir herido o muerto, una de las formas que ayuda a manejar este riesgo adicional en el buceo técnico es a través de un extenso entrenamiento. El primero nivel de entrenamiento comienza con las habilidades básicas aprendidas en aguas abiertas. Estas habilidades deben ser automáticas.



Si te entra un poco de agua a la máscara y te molesta, entonces el buceo técnico no es para ti. Mas allá de esas habilidades, uno debe estar preparado para responder rápido y correcto ante cualquier emergencia que se presente en cualquier minuto del buceo técnico. Por ejemplo, un regulador que entra en flujo continuo, no siempre se puede hacer un ascenso directo a la superficie, uno debe reaccionar de forma automática. El entrenamiento en buceo técnico, te permite tener respuestas adecuadas dando la oportunidad de practicar hasta reaccionar sin pensar.

### Equipo Técnico:

Donde realmente es notorio donde se diferencia el buceo técnico del deportivo es en el equipo. Al contrario del buceo Recreativo, dónde su compañero es su apoyo primario, en el buceo Técnico, uno mismo es el apoyo primario y sus compañeros de equipo son secundarios.





## Comparemos equipos:

### Mascara

Los buceadores técnicos, normalmente no usan snorkel, que es muy común en el buceo deportivo. Los snorkel generan puntos de enganches sobre todo cuando se bucea en espacios cerrados.

### Aletas

Aletas bifidas son muy comunes en el buceo deportivo, pero normalmente no lo son para el buceo técnico por cuanto no tienen la suficiente potencia para el nado con todo el equipo. Generalmente se utilizan de tipo simple como las Powerfull fins.

### Proteccion térmica

La mayoría de los buceos deportivos duran entre 30 a 45 min, sin embargo en el buceo técnico es común que duren 2 horas. Además los buceadores deportivos están entrenados para terminar el buceo si tienen frío. Cuando uno realiza buceo técnico, es muy probable que esto no sea posible, ya sea porque el ascenso hacia superficie no se puede realizar en ese momento o por la descompresión.

### BCD

Los buceadores deportivos, tienden a utilizar cada vez más BCDs con varios anillos, bolsillos, plomos incorporados, etc, sin embargo los buceadores técnicos utilizan el principio de simplicidad para sus BCDs. Comúnmente el BCD del buceador técnico consiste en un backplate simple con un arnés y un ala. Generalmente con 4-6 D-rings.





### **Botellas y reguladores**

El típico buceador deportivo, utiliza una monobotella con un primer estado, con una segunda etapa (una para fuente primaria de aire, y otra alternativa) En el buceo técnico, se utilizan generalmente dos botellas unidas con un manifold insolado, de tal forma que permite tener un acceso completo para el manejo del suministro del gas. A su vez, el manifold cuenta con dos orificios tipo (DIN), una para colocar una primera etapa con una sola segunda etapa (lado izquierdo) y el otro orificio (lado derecho) para colocar otra primera etapa, con una manguera de 2 metros (largo puede variar un poco dependiente del largo del tronco del buzo). Esta configuración permite utilizar dos reguladores de forma independiente. La manguera de 2 metros permite poder compartir aire ante una situación determinada dando un amplio espacio para estar cómodo y seguro.

### **Instrumentos**

Muchos buzos recreacionales utilizan una consola que contiene todos sus instrumentos (manómetro, profundímetros, compas). Como estas consolas son voluminosas, el buceador técnico normalmente prefiere utilizar sus instrumentos en las muñecas.

### **Herramientas cortantes**

Cuchillos grandes son aceptables para el buceo deportivo y hay un suficiente espacio para colocarlos, sin embargo para el buceo técnico se deben utilizar en lugares con acceso fácil dentro de todo el equipo, y generalmente ese espacio es reducido, por lo que se utilizan dos o mas herramientas para cortar y que se puedan acceder con las dos manos de forma independiente.





## Conclusión

Como pueden ver, el buceo técnico no es simplemente excediendo el límite del buceo deportivo. Requiere entrenamiento y equipo. El buceo técnico requiere de una mayor demanda de la mente y cuerpo y además de tener una buena capacidad física. El buceo técnico no es para todos y no es necesariamente la forma de disfrutar el buceo, sin embargo para aquellos que aceptan el aumento de riesgo, tiempo y dinero, el buceo técnico puede llegar a dar el mismo grado de satisfacción.



### Felipe Mongillo M.

PADI IDC Staff Instructor  
DSAT TecRec Deep Instructor  
DSAT TecRec Trimix Instructor  
Atlantis/Dolphin Rebreather Instructor PADI / Dräger  
Santiago, Chile (+56) 9 30 99297 - [felipe@subpacific.cl](mailto:felipe@subpacific.cl)

<http://www.subpacific.cl>



BUCEO TÉCNICO

www.SENSACIONES.org

Una ventana abierta al mundo submarino



## PROGRAMA DE PRESENTACIONES

En cada una de las ciudades indicadas se harán Presentaciones de algunos de los mejores Destinos de Buceo.

- FILIPINAS
- SULAWESI
- ROATAN
- RIVIERA MAYA
- BAJA CALIFORNIA
- MALDIVAS
- MAR ROJO
- COIBA
- MALPELO
- GALÁPAGOS
- LA GRACIOSA
- MALTA - GOZO

La mayoría de las Presentaciones se harán por profesionales del buceo de cada uno de los destinos indicados.

## CIUDADES, FECHAS, HORARIOS Y LUGAR DE CELEBRACIÓN

MADRID	Sábado 18 Abril	10 a 20 hrs.	HOTEL CONFORT EL ATRIUM Emilio Vargas, 3 y 5
ALICANTE	Domingo 19 Abril	10 a 14.30 hrs.	HOTEL NH ALICANTE México, 18
ZARAGOZA	Lunes 20 Abril	18 a 22 hrs.	HOTEL NH CIUDAD DE ZARAGOZA Avda. César Augusto, 125
BARCELONA	Martes 21 Abril	18 a 22 hrs.	HOTEL MELIA BARCELONA Avinguda Sarrià 50
LISBOA	Miércoles 22 Abril	18 a 22 hrs.	HOTEL TRYP ORIENTE Avda. D. Joao II, Parque das Nações, 16
PAMPLONA	Viernes 24 Abril	18 a 22 hrs.	HOTEL ZENIT PAMPLONA Calle X 1, Parque Comercial Galaria
BILBAO	Sábado 25 Abril	17 a 21 hrs.	HOTEL NH VILLA DE BILBAO Gran Vía, 87

Consigue tu invitación aquí y participa en el sorteo de VIAJES DE BUCEO Y CRUCEROS VIDA A BORDO.



[www.tourbuceo.com](http://www.tourbuceo.com)  
[www.abandodive.com](http://www.abandodive.com)

**TOUR BUCEO** 2009  
PRESENTACIÓN DE DESTINOS

ORGANIZADO





## TODOS LOS CENTROS DE BUCEO

### Listado con más de 400 centros de buceo

Sabias que en [www.SENSACIONES.org](http://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**.

www.SENSACIONES.org

INICIO | FOROS | EXPOS | CONTACTO

ESCUERAS y CENTROS de BUCEO  
Los mejores sitios para aprender a bucear y disfrutar tus vacaciones

CENTROS - ESCUELAS DE BUCEO EN ESPAÑA  
(aproximadamente 300 centros de buceo registrados)

SELECCIONA UNA PROVINCIA DE LA LISTA

Cantabria

Tienes un centro/escuela de buceo y deseas aparecer en este listado localmente GRATIS. **PULSA AQUÍ** e informa de cómo hacerlo.  
Si además quieres que salga de forma **RESALTADA y DESTACADA**, **PULSA AQUÍ** e informa de cómo hacerlo.

www.SENSACIONES.org

INICIO | FOROS | EXPOS | CONTACTO

ESCUERAS y CENTROS de BUCEO  
Los mejores sitios para aprender a bucear y disfrutar tus vacaciones

CENTROS - ESCUELAS DE BUCEO EN ALICANTE

Elige una opción

<b>Centro Antiguo ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información	<b>CEAS ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información
<b>Club de Buceo Alicante ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información	<b>Escuela de buceo ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información
<b>Club social ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información	<b>Garantías de ALICANTE</b> Pulsar sobre la bandera para ver toda la información



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Hallado el pez más antiguo del mundo:

El hallazgo de un fósil intacto de pez óseo de hace unos 419 millones de años podría situar los orígenes de los vertebrados modernos en el periodo precedente al Devónico (entre 416 y 359 millones de años atrás), según ha revelado un artículo publicado en la revista científica británica Nature.

A inicios de mayo 2008 el científico chino del Instituto de Paleontología de Vertebrados y Paleoantropología de la Academia de Ciencias de China, Zhu Min, descubrió junto a su equipo de investigadores un fósil de pez óseo que constituye el ejemplar de pez mandibulado completo más antiguo jamás hallado.

El descubrimiento de ese valioso vestigio, conservado y protegido por piedra caliza de 418 millones de años de antigüedad, se produjo en Qujin, en la provincia suroccidental china de Yunnan. El fósil, bautizado "Guiyu Oneiros", que significa "pez secreto y onírico", exhibe la anatomía esquelética de un pequeño sarcopterigio, o pez de aleta lobulada, de 33 centímetros de largo.

Guiyu Oneiros ayudará a comprender el origen y la separación evolutiva de los osteíctios (peces óseos y tetrápodos), puesto que presenta un mosaico de características de los mandibulados, rellenando la laguna morfológica entre los osteíctios y los condriictios (peces cartilagosos), explicó Zhu.





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

*"Este retoño de nuestro propio pasado lejano es muy antiguo y se mantiene excepcionalmente intacto",* escribió Michael I. Coates del departamento de Biología Organísmica y Anatomía de la Universidad de Chicago, en un comentario ilustrativo del artículo de Zhu, en Nature.

La temprana divergencia de los vertebrados mandibulados y los orígenes de los osteíctios desempeñan un papel muy importante en la historia de la evolución de los vertebrados. *"El hallazgo de este fósil traslada una serie entera de bifurcaciones en la evolución de los mandibulados del Devónico al Silúrico. Guiyu Oneiros también apunta a que una parte importante de la evolución de los vertebrados sigue sin conocerse"* señaló Coates.

La importancia de Guiyu Oneiros puede esclarecerse en un breve resumen de la evolución de los vertebrados. De las cerca de 51.000 especies de vertebrados en el mundo, el 99,9 por ciento está provisto de mandíbula. Este grupo incluye a los osteíctos (óseos y tetrápodos) y a los condriictios (cartilagosos), como los tiburones y las rayas, que representan el 98 y el 2 por ciento del total de mandibulados, respectivamente.

Científicos europeos comenzaron a investigar los peces óseos del Silúrico (entre 443 y 416 millones de años atrás) hace unas cuatro décadas, pero solamente hallaron fósiles fragmentados como escamas y restos de aletas, que no eran lo suficientemente adecuados para reconstruir las características completas de los antepasados de los osteíctos.

A comienzos de este siglo, estos científicos intensificaron sus esfuerzos por encontrar vestigios de peces óseos y la revista Nature informó del descubrimiento de dos fósiles incompletos de mandíbulas de pez en 2007.



Un ejemplar de celacanto, uno de los peces más antiguos que se han encontrado



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

Aun así, sigue habiendo muchas incógnitas acerca de los osteíctos del Silúrico, que podrían ser resueltas gracias al hallazgo de Guiyu Oneiros, indicó Zhu, que ofrece evidencia de que la evolución de los osteíctos puede trazarse hasta el citado periodo. "En general, se cree que los fósiles muy antiguos son poco fidedignos como para determinar indicadores de fechas mínimas de las bifurcaciones en la evolución, puesto que están más fragmentados y carecen de las características anatómicas completas del grupo al que pertenecían", aclaró Coates en su comentario.

"Es posible que Guiyu Oneiros sea la excepción que confirma la norma, ya que ofrece un nuevo y excepcionalmente fidedigno indicador de fósiles antiguos para determinar la división de la evolución de los vertebrados", añadió. Según Coates, el hallazgo de los científicos chinos desencadenará un nuevo brote de trabajos de campo en la deposición del Silúrico, que a su vez aportará una nueva perspectiva a las colecciones existentes de fósiles del Devónico.





www.SENSACIONES.org

© by José Ángel Ribas Espiñeira

# MERCHANDISING SENSACIONES

Tazas – Gorras – Camisetas – Tops – Jerseys – Delantales y mucho más podréis disfrutar desde YA con el **MERCHANDISING** de **SENSACIONES**.

Identifica tu pasión y haz que te reconozcan cuando vayas a bucear. Muchos amigos ya lucen su pasión, anímate y además colabora con un gran proyecto que nos une a miles de submarinistas.



<http://401137.spreadshirt.net/>



## TODOS LOS NUMEROS DE LA REVISTA **GRATIS**

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



**MERCHANDISING**  
**SENSACIONES**  
*Identifica tu pasión*



# SOBRE EL PÁNICO

## SU PREVENCIÓN, IDENTIFICACIÓN Y SOLUCIÓN

### 1 – INTRODUCCIÓN.

pánico. (Del lat. panīcus, y este del gr. Πανικός). :

2. adj. Se dice del miedo extremado o del terror producido por la amenaza de un peligro inminente.

El miedo es una reacción natural ante un medio en principio hostil para poner en guardia al cuerpo ante una eventual agresión. En ese sentido es defensivo, natural y bueno. Sin embargo, el miedo incontrolado o pánico, no protege, sino que paraliza y puede tener consecuencias muy graves.

Un muy alto porcentaje de los accidentes de buceo, cercano al 40 %, no se deben a fallos en el equipo, condiciones climáticas adversas o condición médica del buceador, sino al pánico. Y de aquellos, los que acaban con un desenlace de muerte son causados, en primer lugar, por el pánico y en segundo lugar, por embolias producidas por rápidos ascensos también debidos al pánico. Por ello, el conocimiento de este fenómeno es crucial para la seguridad del buceador.

Todo el mundo tiende a pensar que el pánico se produce por circunstancias objetivas, como por ejemplo, un fallo del regulador. Sin embargo, muchísimas situaciones de pánico se producen sin causa objetiva aparente, ni fallo de equipo alguno. También se tiende a pensar que sólo afecta a los novatos. Si bien es evidente que la experiencia evita en gran medida situaciones que pudieran devenir en pánico, muchas veces se han producido estas situaciones incluso entre profesionales. Por ello, se puede afirmar que nadie está totalmente libre de una posible situación de pánico.





Este escrito no se referirá al pánico sentido por un peligro objetivo que aparece súbitamente, ni por el fallo de una parte esencial del equipo. Se referirá únicamente al que aparece en situaciones sin peligro inminente y, muchas veces, sólo con la sensación de un peligro que, realmente, no existe, es de poco riesgo o perfectamente controlable.

## **2 - TIPOS DE REACCIONES DE PÁNICO.**

Fundamentalmente, son dos: reacciones activas y reacción pasiva.

### **2.1 – Reacciones activas**

Las reacciones activas suelen ser de huida en busca de una supuesta seguridad, casi siempre hacia la superficie. Sin embargo, estas son irracionales y descontroladas, por lo que normalmente se producirán reteniendo la respiración e incluso desprendiéndose violentamente de todos los elementos extraños del equipo, como el regulador o las gafas. Pocas veces se puede corregir esa situación bajo el agua.

En este caso, el gran peligro es la sobre-expansión pulmonar. La única solución es que el compañero pare inmediatamente el ascenso del buceador en estado de pánico, lo sujete firmemente, establezca con él contacto ocular y dé solución al problema que le ha hecho entrar en pánico. Si se consiguen ambas cosas es posible que se tranquilice. En caso contrario, rápidamente lo deberá llevar a la superficie sujeto en un ascenso controlado, cuidando especialmente los diez últimos metros de ascensión. Debe hacer que suelte el aire mediante un manotazo en el pecho, por ejemplo. Es preferible que trague agua a que sufra lesiones pulmonares.

Se será muy cuidadoso para no resultar nosotros también accidentados.

### **2.2 – Reacciones pasivas**

Se produce una catatonía paralizante producto del pánico, aunque cualquier contacto puede dar lugar a una reacción activa. Nuestra actuación ha de ser la misma que en el caso anterior



### **3 - ¿SE PUEDE “SOLUCIONAR” EL PÁNICO?**

Lo primero que viene a la mente es si es posible aplicar un protocolo de actuación en caso de pánico. La respuesta es más bien negativa: una vez que se desencadena el pánico en un buceador, ya hemos visto qué pocas cosas se pueden hacer debido a que este estado, por definición, incapacita para seguir cualquier clase de protocolo.

Por ello, lo importante es prever cuándo se puede desencadenar el pánico y actuar en consecuencia.

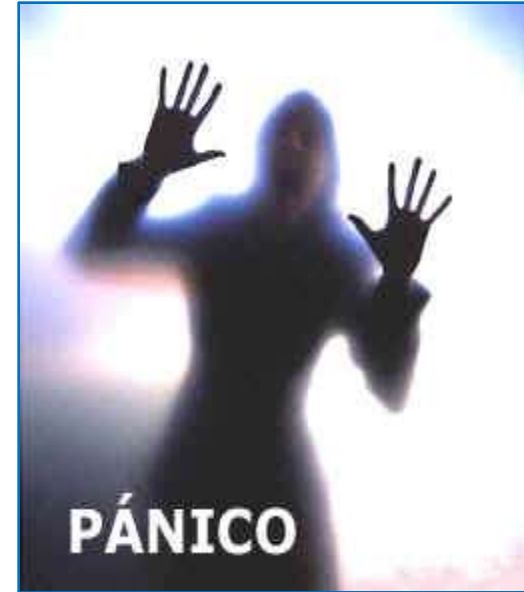
El pánico siempre debe ser prevenido sin esperar a que aparezca.

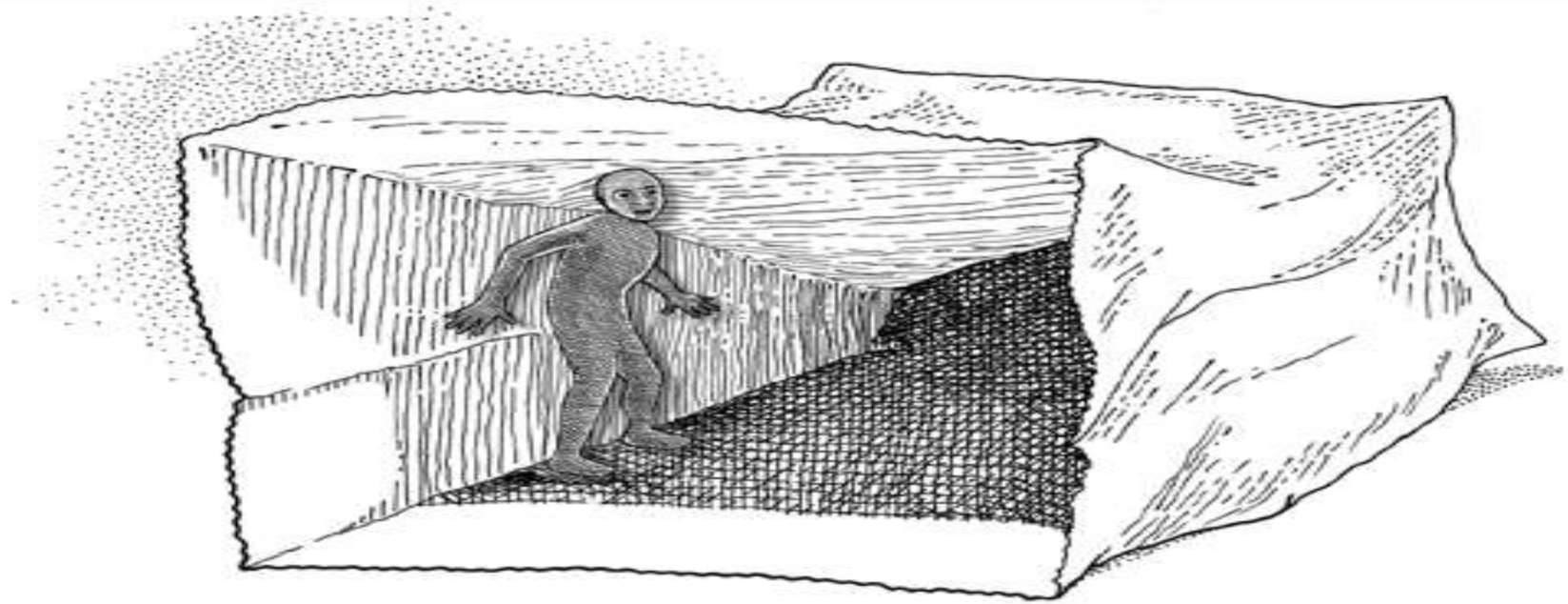
Sin embargo, tanto el compañero como uno mismo, sí podemos reaccionar ante un aumento de tensión que pueda desencadenar el pánico, incluso ante los primeros momentos de éste. Este escrito pretende identificar las causas y síntomas de dicha tensión o estrés previos para prevenirlos, evitarlos o reducirlos y así evitar que el pánico aparezca.

### **4 - ¿CÓMO SE PRODUCE HABITUALMENTE EL PÁNICO?**

Salvo excepciones, el pánico no surge inesperada e inmediatamente, sino que pasa por diversas etapas acumulativas que pudiéramos clasificar de la siguiente manera:

- estados anteriores de nerviosismo o ansiedad
- etapa de estrés o angustia inmediatamente anterior al pánico y ataque de pánico, propiamente dicho.





### 5 - ¿CÓMO SE IDENTIFICAN LOS SÍNTOMAS PREVIOS EN LA INMERSIÓN?

Antes de entrar en pánico un buceador, primero presenta una serie de síntomas que pueden ser identificados (tanto por el compañero, como por él mismo). Naturalmente , aquel podrá identificarlos sólo si está pendiente. Por ello, se insiste en la observación del compañero, extremándola sobre todo en el descenso, ascenso y ante cualquier circunstancia extraña o inesperada.

#### 5.1 – Síntomas previos a la inmersión.

Los habituales del nerviosismo. Un buceador inquieto repasa una y otra vez el equipo y en ningún momento aparece relajado.



## 5.2 – Síntomas durante la inmersión.

### 5.2.1 –Generales

Durante la inmersión, la forma en que más habitualmente detectaremos en un compañero la ansiedad será la continua observación de los instrumentos, especialmente manómetro y profundímetro. Si lo detectamos, tendremos que estar atentos pues puede pasar a sentir angustia y de ésta, al pánico.

En nosotros mismos, una especial preocupación por cualquier tema, nos indicará que estamos ansiosos.

### 5.2.2. - *Proceso de respiración agitada.*

El buceador comienza a ponerse nervioso, incluso sin causa aparente. Su respiración empieza a agitarse, produciendo burbujas más frecuentemente, lo cual puede ser detectado por el compañero, si está atento. Si se le mira a los ojos, presenta cara de susto, arqueando las cejas. Por lo general, no mira a nadie y no presta atención a lo que los demás hacen. Si se le pregunta algo, tiende a dar respuestas cortas y sin mirar a los ojos, esquivando la mirada.

Esa respiración agitada produce una mala ventilación y una eliminación incorrecta del CO<sub>2</sub>, que empieza a acumularse. La necesidad de respirar no se produce por la falta de oxígeno en sí, sino por el aumento de CO<sub>2</sub> (que van relacionados por la ley de Dalton). Este gas es tóxico y dispara la alarma al cerebro, indicándole de que nos estamos asfixiando.

Como consecuencia, el cuerpo interpreta esta acumulación como una falta de oxígeno y el corazón empieza a bombear más deprisa para aportarlo. El buceador empieza a sentir los latidos de su corazón y se pone aún más nervioso, lo que produce que aún respire peor y comience a tener una intoxicación por CO<sub>2</sub>, que empieza a producir sensación de verdadero ahogo, aumentando aún más el nerviosismo en un círculo vicioso de respiración cada vez más agitada. Si el proceso continúa, se desencadena el pánico.

Si no se consigue detener el proceso, la intoxicación produce lo que se llama "hambre de aire" y ante esa situación el buceador entra en pánico, suelta el regulador porque "no le da aire suficiente", e intenta llegar a la superficie lo más rápidamente posible, produciéndose habitualmente la sobre-expansión pulmonar, ya que, en esas condiciones, el buceador no soltará aire al ascender, creyendo que no lo tiene.



### 5.2.3- Proceso de percepción de "respiración insuficiente".

También puede pasar que al buceador en pánico se le "olvide respirar". Entonces pasa una situación diferente, pero con los mismos resultados fatales. Para el compañero es más difícil de diagnosticar, puesto que falta la salida continua y exagerada de burbujas. Siempre hay un desencadenante, real o ficticio. El buceador intenta inspirar, notando que le falta aire, pero no lo suelta, no espira. Al tener ya los pulmones llenos, no le entra aire. Piensa angustiado que el regulador no le da aire. Por lo tanto la reacción "lógica" es desembarazarse de él.

Lo siguiente es ir a buscar aire donde sabe, de manera instintiva, que existe en abundancia, la superficie. Y se produce el escape libre, reteniendo la respiración todavía más ya que cree que no dispone de aire en sus pulmones y el poco que cree tener lo necesita para poder llegar a la superficie. El accidente por sobrepresión es el resultado final.

## 6 - ¿QUÉ SE PUEDE HACER?

### 6.1- Durante la inmersión:

Cuando un buceador experimentado siente estas sensaciones y las identifica, conociendo los procesos mencionados, no tiene más que relajarse, agarrarse a algo fijo, cerrar los ojos y centrarse en reducir el ritmo respiratorio, respirando varias veces de manera muy profunda, inspirando y espirando pausadamente, pero con fuerza.



En unas pocas inspiraciones se eliminará el CO2, reduciendo también la frecuencia cardíaca, la producción de adrenalina, la sudoración, etc... desapareciendo al instante el problema.

Es de hacer notar que el conocimiento del mecanismo de lo que realmente está pasando es lo que permite al buceador exhalar fuertemente el aire, en contra de lo que su naturaleza erróneamente le dicta.

Si nos sentimos temerosos durante una inmersión, intentaremos descubrir (si no lo sabemos ya) que nos produce ese temor y haremos un análisis de la situación. Nos pararemos a pensar, lo cual ya nos tranquilizará, y miraremos nuestras posibilidades de actuación. Nada tranquiliza más que saber que hacer.

Si detectamos angustia en un compañero, nuestra forma de actuación ha de ser similar, debemos dar seguridad y procurar que normalice la respiración. Si resulta posible, le ayudaremos a que haga lo antes explicado, pero además debe notar nuestro contacto. Nunca le dejaremos solo (o que él se sienta solo). En nuestro acercamiento le miraremos a los ojos y nos situaremos frente a él cogiéndole con la mano izquierda por el chaleco, sin dejar de mirarlo. La potencia del vínculo ocular es muy fuerte y si en nuestros ojos puede leer tranquilidad y seguridad, así como que estamos con él y le ayudaremos, esto puede ser suficiente para que supere este episodio.



## 6.2- Antes de la inmersión:

Muchísimas veces, el estrés no se produce en el agua, sino que se trae del barco. Cuántas veces hemos podido ver la escena de buceadores poniéndose a toda prisa el traje y montando el equipo, sudando para tirarse al agua y descender precipitadamente para alcanzar al grupo. E incluso esta situación frecuentemente es propiciada por patrones o monitores que tienen que cumplir un horario. Estos buceadores, bajarán ya con un alto nivel de estrés, mediante los mecanismos que luego se describirán, que, de ser aumentado por cualquier motivo, contribuirán a provocar una eventual reacción de pánico.

Los estados menores de ansiedad o nerviosismo, anteriores incluso a la inmersión propiamente dicha, se deben corregir a toda costa y evitar que continúen o se incrementen. Por ello, es muy importante seguir un protocolo de conducta desde ya antes a la inmersión, tendente a prevenir y a evitar dichos estados de nerviosismo o ansiedad que pueda facilitar la aparición del pánico.

Estas circunstancias o factores son:

### *6.2.1 – Generales*

Normas que, obviamente, todos debemos seguir o tender a cumplir de la mejor manera posible.

- Evitar el cansancio anterior al buceo.
- Bucear en relación con el nivel de formación.
- Bucear con material adecuado y bien mantenido (regulador con excesivo esfuerzo inspiratorio, etc.)
- Tenerlo todo debidamente revisado y en condiciones, disponiendo de todo lo necesario (cuidado con el control del material alquilado, a veces insuficiente y extraño a uno).
- Bucear con mezclas adecuadas.
- Bucear con una buena preparación física.
- Bucear con un plan claramente preconcebido y aceptado por todos los buceadores.
- Bucear con un nivel de hidratación adecuado.
- Bucear con un buen nivel de entrenamiento: aunque uno nunca sepa cómo actuará en una situación de riesgo hasta encontrarse en ella realmente, es obvio que el entrenamiento aumenta las probabilidades de que ésta sea la adecuada.



## 6.2.2. –En el desplazamiento al lugar de buceo (barco o infantería)

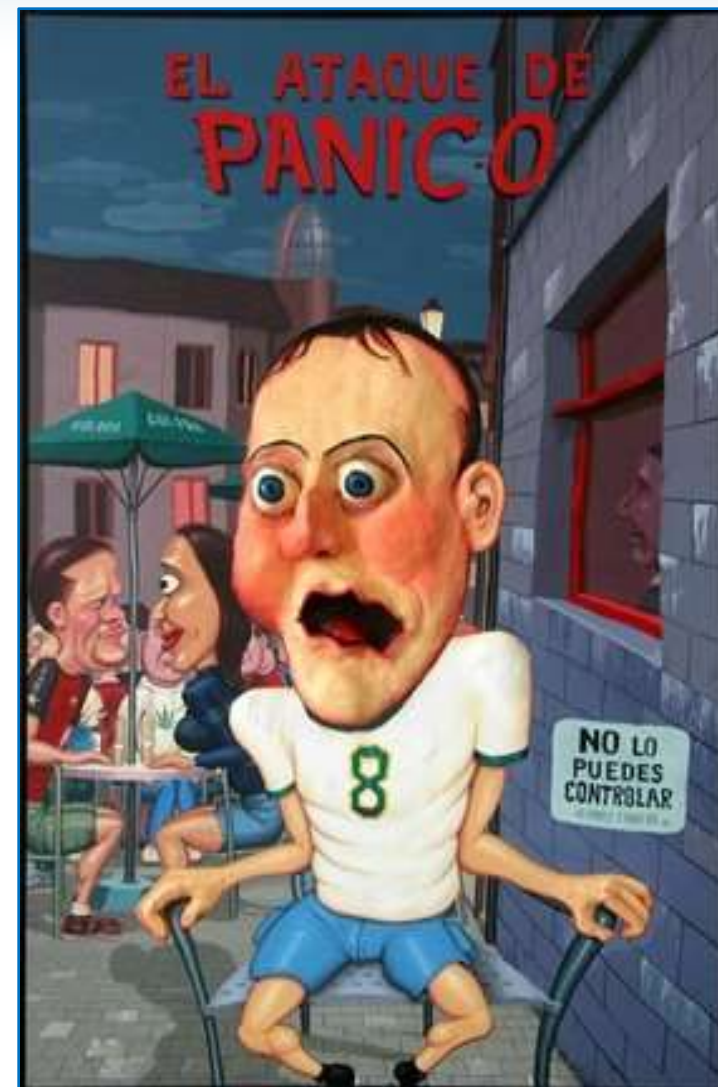
Como se ha dicho, muchas veces, las situaciones de estrés se producen en el barco o en el lugar de preparación de la inmersión. Por ello, hay que prestar atención a los siguientes factores:

### Tiempo:

- No se debe permitir que NADIE establezca una dinámica de prisas, ni el patrón, ni el guía, ni el instructor, ni el compañero. En ese caso, mejor quedarse en seco. Se debe extremar la puntualidad: muchas veces se crea una situación de premura por tener que recuperar el tiempo perdido en esperar a los que llegan tarde.
- Se debe disponer de tiempo suficiente para prepararse uno y preparar tranquilamente el equipo, procediendo a su comprobación. (la desconfianza –consciente o inconsciente- del equipo, por comprobación insuficiente, es una fuente habitual de estrés).

### Calor e hidratación:

- Evitar el agobio por el calor:, se debe evitar una exposición al sol o cualquier otra circunstancia que suponga un calor que pueda ser agobiante. ( Nuestra hidratación de reducirá y nuestra temperatura corporal aumentará, fenómenos que se sabe influyen en la producción de estrés).
- Evitar el calor producido por el traje de neopreno (pensado para protegernos del frío y del medio ambiente). El traje se debe abrochar en el momento adecuado. Éste puede elevar la temperatura interna del cuerpo, lo que dispara el estado de estrés.





## Agobios:

- Evitar agobio por mareo. Si este aparece, resolverlo con suficiente tiempo antes de proceder a la inmersión.
- Evitar el agobio debido a la presión de un traje de neopreno demasiado estrecho. En ese caso, aumentaría el ritmo respiratorio (fenómeno ya descrito anteriormente), la temperatura corporal y la tensión muscular y psíquica por los esfuerzos realizados.
- Evitar agobios por camarotes o recintos en el barco cerrados, mal ventilados o con olor a combustible. Esto empeora la oxigenación y aumenta el nivel de estrés.

## Otros:

- Elección adecuada de un compañero. Preferiblemente debe ser conocido, pero se debe evitar bucear con quien no destile tranquilidad y seguridad. La tranquilidad se transmite y ayuda a la inmersión tuya y de tu compañero.
- Si no se conoce el sitio, exigir una charla al centro que nos lleve o al compañero que lo conozca para evitar la incertidumbre por desconocimiento del medio y falta de planificación de la inmersión .

### 6.2.3 - En la entrada al agua

Se ha de entrar en el agua con el menor nerviosismo posible ya que el cambio de medio es de por sí una fuente habitual de estrés. Prestaremos atención a los factores que lo aumentan:

#### Adaptación

- Echarse al agua nunca debe ser un acto precipitado, por lo que se deberán seguir las indicaciones anteriores.
- Adaptación al agua y a la temperatura. Se recomienda (si las condiciones lo permiten), permanecer un cierto tiempo con el chaleco inflado en la superficie, en una actitud de relax para disminuir cualquier estrés producido anteriormente. Se recomienda echar un cabo de corriente o dispositivo similar para facilitar la estancia en superficie sin problemas de asideros.
- Se recomienda el repaso del equipo en la superficie del agua por última vez antes de la inmersión ya que mejora la adaptación y reduce la incertidumbre por desconfianza ante el funcionamiento del equipo.





### Incertidumbre

- En el tiempo de adaptación en la superficie del agua, se recomienda realizar una visualización anticipada del descenso y de la inmersión. Esto reducirá la incertidumbre respecto a lo que podemos encontrar.
- Así mismo, se recomienda realizar con el compañero una anticipación de posibles inconvenientes que pudieran razonablemente surgir: mala visibilidad, corrientes, etc. y anticipación de qué hacer si éstas se produjeran. Esto dará confianza, reduciendo el estrés por incertidumbre.

### Cansancio

- Por norma general, siempre cuesta hundirse a la gente con poca experiencia, ya que, aparte de vaciar el chaleco, hay que hacer lo propio con los pulmones, y el novato inconscientemente toma aire en lugar de soltarlo. Esto suele ser una fuente muy habitual de estrés, mala compensación posterior y cansancio inicial que se arrastra durante toda la inmersión.

### 6.2.4 - Durante la inmersión.

Las condiciones de presión y riesgo en el fondo son, de por sí, fuente de estrés. Atenderemos a:

### Descenso

- Aunque fisiológicamente se pueda bajar a la profundidad máxima rápidamente y de un tirón, se recomienda hacerlo lentamente. El cambio súbito de situación en superficie a la situación en profundidad, puede ser una fuente importante de estrés.



## Ritmo respiratorio

- En submarinistas el estrés debido a múltiples factores (estado físico, equipo incómodo, etc.) se convierte en ansiedad con el ejercicio (aleteo continuo) y con un ritmo respiratorio acelerado o descompasado. Se debe cuidar no hacer mini-amneas y exhalar acompasada y normalmente.

## Cansancio

- El cansancio es una fuente frecuente de estrés, lo cual favorece el nerviosismo, que produce mayor actividad y, por tanto, mayor cansancio, gasto de aire y, finalmente, mayor nerviosismo en un círculo vicioso que puede devenir en pánico ante cualquier pequeño estímulo inesperado.
- Demasiado lastre que nos hace sentir muy pesados y sin avance, aumentando el cansancio y el nerviosismo.
- Las corrientes son causa habitual de estrés debido al cansancio y a una respiración acelerada. Se ha de dosificar el esfuerzo, haciendo las paradas que sea necesarias para recuperarse. Se debe estar atento al eventual cansancio del compañero.

## Material

- Cuidar el material, especialmente las gafas que, cuando se inundan o se rompe la cinta, son causa frecuentísima de pánico. Se recomienda el entrenamiento para estar sin ellas suficiente tiempo y llevar los repuestos adecuados. Se debe cuidar la ausencia de empañamiento.
- Cuidar el chaleco para que no quede holgado y la botella se mueva a los lados. Se debe saber en todo momento dónde están las cosas que llevamos y acceder fácilmente a ellas. Es frecuente realizar inmersiones en las que se está pendiente únicamente del equipo propio por desconocimiento de aquel y falta de entrenamiento, produciéndose nerviosismo y exposición a cualquier contingencia inesperada.

## Compañero

Se debe tener una señal convenida con el compañero para expresar que se está empezando a producir una situación de estrés descontrolada.

Es importante recordar que el sistema de compañeros está para algo. Tan importante es "estar al quite" para darle aire si nos avisa de que se le está acabando como vigilarle para comprobar si presenta síntomas de estrés. Un ataque de pánico se puede evitar en ocasiones con una cosa tan tonta como ponerse frente al compañero, sujetarlo por el chaleco y hacer que nos mire a los ojos.

---



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Encuentran el tiburón ballena más pequeño del mundo

Un grupo de ecologistas filipinos halló en la región este del archipiélago una cría de tiburón ballena de apenas 38 centímetros de largo, el ejemplar con vida más pequeño encontrado hasta la fecha del mayor escualo del mundo.

El Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF) informó hoy de que el animal fue descubierto la semana pasada en la provincia de Sorsogon, 350 kilómetros al sureste de la capital, y fue fotografiado antes de devolverlo al mar. Su diminuta cola se había quedado enzarzada con una de las cuerdas que amarran los barcos a la playa, dijeron los activistas.

El hallazgo da esperanza a los científicos de que los tiburones ballena puedan haber establecido su lugar de apareamiento en la bahía de Sorsogon, donde nadar con los gigantescos animales ya se ha convertido en una de las mayores atracciones turísticas del país.

Hasta ahora, el único ejemplar de cría más pequeño fue encontrado en la matriz de una hembra que quedó varada en 1996, según WWF.

El tiburón ballena (*rhinchodon typus*) es el de mayor tamaño dentro de la familia de los escualos, que puede medir hasta 20 metros de longitud y pesar 18 toneladas, pero no supone ningún peligro para el hombre, pues se alimenta exclusivamente de los microorganismos del plancton marino.

De color azul oscuro con pequeñas manchas y líneas verticales blancas por la parte superior y blanco por la inferior como la mayoría de tiburones pelágicos, en su boca de 1,5 metros de diámetro atrapa el plancton que filtra a través de diminutos dentículos y las mismas branquias que emplea para respirar. Llega a vivir cien años y nada en todos los mares templados del planeta, excepto en el Mediterráneo.





## VIII CAMPIONAT DE CATALUNYA DE VIDEOSUB -VIDEOCAT 2009- V OPEN S.P.A.S. VIDEOSUB 50è ANIVERSARI 1959-2009 -26 de abril Mataró-



[www.fecdas.org](http://www.fecdas.org)

[www.spas-mataro.cat](http://www.spas-mataro.cat)



El próximo 26 de abril se celebrará en la ciudad barcelonesa de Mataró el 8º Campeonato de Catalunya de Vídeo Subacuático – VIDEOCAT 2009-. Los paisajes submarinos del litoral del Maresme darán la bienvenida a los cámaras videosub de toda Catalunya, en lo que ya es un clásico en el mundo del videosub. El Departamento de Vídeo Subacuático de la FECDAS (Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques) solicitó la colaboración en esta octava edición del campeonato al club S.P.A.S. (Societat de Pesca i Activitats Subaquàtiques) de Mataró. Este club, que en el 2009 celebra su 50ª aniversario colaborará aportando la infraestructura de sus instalaciones, recursos y personal. Paralelamente al campeonato se organizará el 5º OPEN S.P.A.S. Videosub 50ª Aniversario 1959-2009, una prueba abierta a todos los videosub nacionales e internacionales que quieran conocer nuestro litoral y disfrutar con el ambiente que se vive en esta competición con otros videosub.

Los videosub que quieran participar en la prueba habrán de realizar una inscripción, la fecha límite de la cual es hasta el **6 de abril**.

Para recibir información más detallada de la competición pueden enviar un correo a [videosub@fecdas.org](mailto:videosub@fecdas.org).

Departament de Videosub de la FECDAS  
FEDERACIÓ CATALANA D'ACTIVITATS SUBAQUÀTIQUES  
Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques  
Moll de la Vela, 1 (Zona Fòrum)  
08930 Sant Adrià del Besòs  
Telèfon: 93 356 05 43 - Fax: 93 356 30 73

[www.fecdas.org](http://www.fecdas.org)

E-mail: [videosub@fecdas.org](mailto:videosub@fecdas.org)



## 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. También 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 suscritos.

Esperamos que os guste esta iniciativa.

El equipo de

[www.SENSACIONES.org](http://www.SENSACIONES.org)





# 4º Viaje SENSACIONES Mar Rojo 2009

## MAR ROJO RUTA SUR

**Del 14 al 21 de Agosto 2009**

Considerado uno de los destinos de buceo más bellos del mundo, sus desérticas playas custodian unas aguas claras y llenas de vida, donde más de 1200 especies de peces y alrededor de 400 variedades de corales conviven en equilibrio y armonía.

Su variada flora y fauna, son razones más que suficientes para soñar con sumergirse en sus adentros y descubrir la magia de este fantástico lugar.

Por todo esto y después de los 3 viajes al Mar Rojo organizados el pasado año 2008, este año volvemos pero para visitar la ruta Sur, una ruta diferente con vida más grande, con unos fondos diferentes, más salvajes y con todo el encanto del Mar Rojo.





## 8 días de safari en el Mar Rojo “Ruta Sur” en el barco Tiger Lily Salidas desde Barcelona o Madrid

### Viernes 14 de Agosto:

Barcelona/Madrid - Cairo-Hurgada

Presentación en el aeropuerto de Barcelona o Madrid 3 horas antes de la salida del vuelo regular de Egyptair con destino a El Cairo.

Llegada, asistencia y cambio de la terminal internacional a la nacional. Enlace con el vuelo interno de Egyptair con destino a Hurgada. Asistencia y traslado al puerto designado donde realizaremos el embarque. Noche a bordo.

### del Sabado 15 al Jueves 19:

Estancia en régimen de pensión completa (comida europea) en el barco Tiger Lily, uno de los mejores barcos que surcan sus aguas.

Esta previsto bucear en algunos puntos de renombre mundial como Elphinstone, Daedalus, Abu Dahab, Samadai, Abu Galawa, Shahab Claudia, que junto con muchas mas son sin duda buen motivo para no perderse ninguna de las inmersiones planeadas.

Ruta con posibilidad de ver los grandes pelágicos: tiburones martillo oceánicos, grises, zorros, punta blanca, Longimanus.





## MAR ROJO RUTA SUR 4º Viaje SENSACIONES Mar Rojo 2009

### Jueves por la tarde:

Traslado por carretera a Hurgada y alojamiento en hotel 5\* en régimen de habitación doble con desayuno. Resto de día libre para visitas, compras, etc.

### Viernes 21:

Hurgada - Cairo - Barcelona / Madrid

A la hora convenida, traslado al aeropuerto de Hurgada para tomar el vuelo con destino a el Cairo. Asistencia y traslado a el aeropuerto de Hurgada para tomar el vuelo con destino a el Cairo. Asistencia y traslado a el aeropuerto internacional para tomar el vuelo regular con destino Barcelona o Madrid y fin del viaje.

### OPCIONAL:

**Viernes 21, Sábado 22 y Domingo 23**, ruta turística por el Cairo y alrededores. Sábado a primera hora y después de desayunar, iniciaremos las visitas programadas entre los dos días en microbús con aire acondicionado y con guía de habla hispana.

- Visita a las pirámides Keops, Kefrén y Micerinos
- Visita a la Esfinge
- Visita al museo de El Cairo
- Visita a la Mezquita de Alabastro.
- Visita a la Fortaleza.
- Visita al barrio Copto.
- Visita al Mercado Milenario de Kan el-Kalili.
- Comidas en restaurante típico (bebidas no incluidas)



Lower Deck



Private Bathroom



Twin Room



**MAR ROJO RUTA SUR**  
**4º Viaje SENSACIONES Mar Rojo 2009**

## PRECIO:

# 1470€

### Incluido en el precio

- billetes de avión
- seguro de viaje y buceo
- seguro de anulación
- asistencias en aeropuertos de habla hispana
- todos los traslados
- barco en régimen de pensión completa (agua, té, refrescos y café incluido)
- entrada al parque submarino de Ras Mohammed
- Hotel 5\* en régimen de habitación doble con desayuno
- todas las visitas, entradas y comidas indicadas en el programa de visitas en el Cairo

### No incluido en el precio

- Visado de entrada a Egipto
- Incremento de combustible y tasas de aeropuerto
- Cualquier servicio no mencionado en este itinerario

Horarios de vuelos a confirmar por la compañía aérea

Más información en el foro de sensaciones:

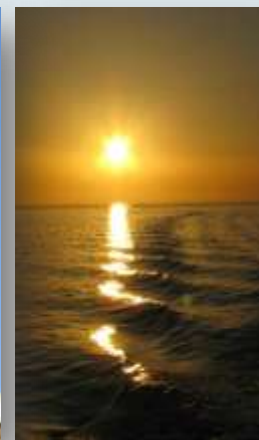
<http://www.sensaciones.org/forsensa>





## BARCO TIGER LILY

- Reformado completamente en el 2007
- 32m de eslora por 8 de manga
- 8 camarotes dobles y 2 suites
- Todos los camarotes disponen de cuarto de baño completo, tv y dvd.
- Aire acondicionado en todo el barco
- 2 guías de buceo de habla hispana
- Nitrox
- 2 neumáticas



**MAR ROJO RUTA SUR**

**4º Viaje SENSACIONES Mar Rojo 2009**



## CONSEJOS PARA INICIARSE EN EL FOTOSUB

Comenzar con la fotografía submarina es un aliciente para los buceadores. Nuestras inmersiones además de las sensaciones de siempre, nos descubrirán la fotografía, y el reto de superarnos día a día captando nuevas imágenes y especies. He aquí algunos consejos.

- Usa una cámara digital. Ya nadie saca con película.
- Usa una carcasa con un brazo moldeable y un flash.
- Ten cuidado de que la correa de la cámara o la manguera de la cámara del flash queden detrás del objetivo.
- Debes dominar la flotabilidad y evitar que tu compañero te nuble la foto levantando arena del fondo
- Empieza con la función Macro. Lee el manual de tu cámara, donde dice que es la función para sacar fotos “encima” del objeto a fotografiar.
- Aprende a usar la iluminación.
- No dispaes a todo lo que se mueva.
- Céntrate en un elemento a fotografiar.
- Dirige el flash con su brazo, para que dé luz al objeto a fotografiar.
- Empieza con una potencia de flash baja (puedes graduarlo).
- Prueba luego con más potencia.
- El uso del brazo del flash que puedes moldear es vital. Adáptalo a cada situación aunque te queden formas raras, porque el objetivo es dar luz a la escena.
- Tras la inmersión, usa PhotoShop en tu PC, y empieza ajustando los colores automáticamente.
- Verás que los verdes de las fotos van desapareciendo.
- Si salen granos de arena en la foto, el flash deberá estar más alejado de la óptica de la cámara.
- Si salen muy oscuras, el flash no está bien sincronizado o tiene poca fuerza.
- Si salen sobreexpuestas (mucho luz) baja la potencia del flash, o dirígelo para otra parte.
- Aprovecha los días con buena visibilidad porque es cuando de verdad se puede practicar.
- Tras estos primeros pasos compra un gran angular, y sigue practicando.
- Podrás empezar con las fotos de paisaje, para las que sin duda necesitarás muy buena luz y visibilidad.
- No persigas a los peces, deja que se acerquen a ti, es más fácil. Quédate quieto, irán a observar.

FOTOSUB



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Aparece el primer barco de EEUU hundido durante la II Guerra Mundial

Los restos del primer barco estadounidense hundido durante la Segunda Guerra Mundial han sido hallados frente a la costa sur de Australia, según informó hoy un grupo de investigadores oceanográficos.

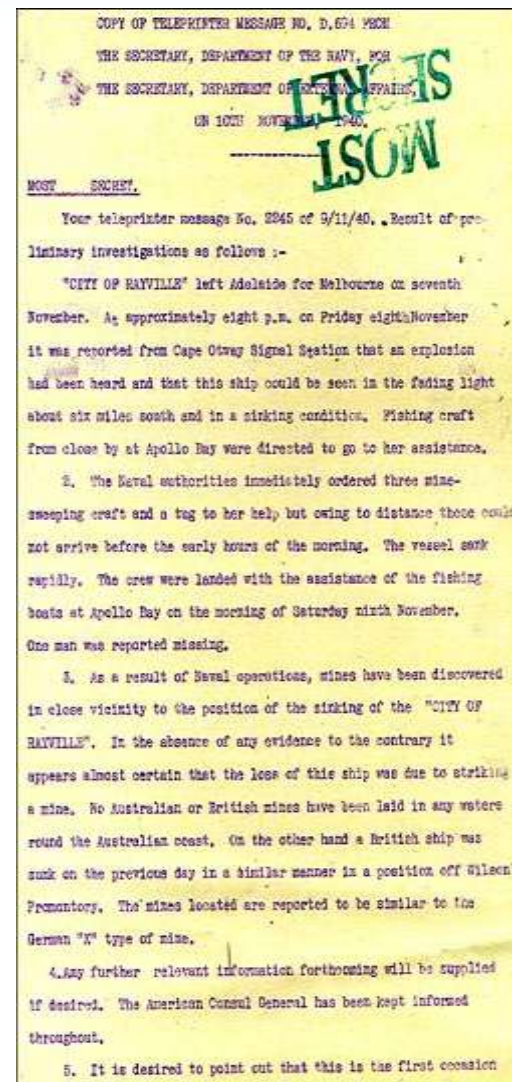
El buque de carga 'MS City of Rayville', que transportaba una carga de plomo, lana y cobre desde el sur de Australia hacia Nueva York, golpeó una mina alemana y se hundió el 8 de noviembre de 1940, un año antes de que Estados Unidos entrara a la guerra.

Un marinero murió en el naufragio frente al Cabo Otway, en el sudeste del Estado de Victoria, mientras que otros 38 tripulantes fueron rescatados en botes salvavidas. Estados Unidos entró en la guerra el 8 de diciembre de 1941, un día después del sorpresivo ataque japonés contra la base naval de Pearl Harbour.

Los investigadores, que realizaban mapas del lecho marino para la Universidad Deakin de Australia, dijeron que habían hallado los restos --casi 69 años después de su naufragio-- yaciendo sobre su quilla y formando un arrecife artificial cubierto de vida marina.

"Falta una cubierta de escotilla cerca de popa, lo que es coherente con la informaciones según las cuales las cubiertas salieron despedidas por la fuerza de la explosión", dijo a los medios locales Cassandra Philippou, arqueóloga marina de Heritage Victoria.

El 'Rayville', de 6.000 toneladas, golpeó un campo minado que había sido desplegado por el buque alemán 'Passat', un ex buque petrolero noruego que fue capturado en el Océano Indico y que fue convertido en un lanzador de minas auxiliar.





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS



La ubicación general del naufragio era conocida desde 2002, pero fue finalmente identificada usando equipamiento de sónar avanzado. Los restos yacen a unos 14 kilómetros al sur de Cabo Otway a unos 70 metros de profundidad.

El 'Rayville' fue el segundo barco hundido por las minas del 'Passat', ya que el buque a vapor británico 'SS Cambridge' había sido destruido frente al Promontorio de Wilson el día anterior.

### Un arrecife artificial

Los investigadores, que realizaban mapas del lecho marino para la Universidad Deakin de Australia, han asegurado que habían hallado los restos -casi 69 años después de su naufragio- yaciendo sobre su quilla y formando un arrecife artificial cubierto de vida marina.

"Falta una cubierta de escotilla cerca de popa, lo que es coherente con la informaciones según las cuales las cubiertas salieron despedidas por la fuerza de la explosión", ha aseverado a los medios locales Cassandra Philippou, arqueóloga marina de Heritage Victoria.

El Rayville, de 6.000 toneladas, golpeó un campo minado que había sido desplegado por el buque alemán Passat, un ex buque petrolero noruego que fue capturado en el Océano Indico y que fue convertido en un lanzador de minas auxiliar.

La ubicación general del naufragio era conocida desde 2002, pero fue finalmente identificada usando equipamiento de sónar avanzado. Los restos yacen a unos 14 kilómetros al sur de Cabo Otway a unos 70 metros de profundidad. El Rayville fue el segundo barco hundido por las minas del Passat, ya que el buque a vapor británico SS Cambridge había sido destruido frente al Promontorio de Wilson el día anterior.



Above, a beginner all dressed up in 150 pounds of gear for first dive; in right hand is his attached knife. Right, a diver tests the open air

## SCHOOL for

**IF YOU** think diving is a glamorous profession, visit the Navy's Deep-Sea Diving School, at the Washington Navy Yard, and be disillusioned. Here, picked men are trained in the grim and hard business of rescuing sunken submarines, repairing ship bottoms, and doing a hundred and one specialized mechanical jobs on the bottom of the sea.

With every man a potential hero, facing injury and death in his routine daily work, the idea of developing diving "prima donnas" is discouraged at the outset. Students are sent down to their underwater jobs strictly in rotation, and for periods depending upon their strength and ability—just as they will be later sent down as reg-

ular divers of the navy. Candidates are volunteer boatswain's mates, gunner's mates, carpenter's mates, torpedoman, or shipfitters, between the ages of twenty and thirty. They must be sound in body and sober in temperament. A man with weak heart or lungs, or who gets excited easily,

would never do for strenuous work fifty fathoms under the ocean. So much stamina is needed that no man in the navy is allowed to go down more than ninety feet after he reaches forty years of age.

Contrary to the general opinion of down as big, husky, bruiser-type men, best dive material comes from men who are rather thin, muscular, and wiry. Prospects twelve per cent overweight are rejected, on the grounds that fatty tissue absorbs nitrogen faster than does muscular tissue, thus making fat men more susceptible to the "bends" than thin men. As diving dresses come in only three sizes, divers must also be between five and a half and six feet tall.

Of the six months intensive training,



## DEEP SEA DIVERS

me-500 is spent in classrooms, studying pumps and air pressures, first aid and resuscitation, physics and mathematics of diving, and the theory of diving operations. The remainder is devoted to practical mechanical work that might be required in an emergency, and to actual diving.

After a thorough physical examination, and before his first dive, a student is put into a recompression chamber where air pressure is built up to fifty pounds to the square inch. This is to determine if high air pressure can be equalized on both sides of the ear drums. If pain or nausea is experienced, the man must forget a career as diver. If he reacts normally, however, he then goes to the "topside"—the



Top, left, tender checks air intake valve after diver blinks in surface; right, giving oxygen in recompression cell. Bottom, taking a long test



# LA PREPARACIÓN FÍSICA EN EL BUCEO

**En el agua no se permite ni la más mínima debilidad.**

El buceo es una actividad considerada de ¿riesgo controlado?; no hace falta nombrar aquí todos los peligros a los que nos enfrentamos en cada inmersión, puesto que los auténticos buceadores los conocen y respetan perfectamente.

Y cualquiera que conozca estos riesgos debe ser consciente de la necesidad de disponer de una buena forma física para la práctica de este deporte.

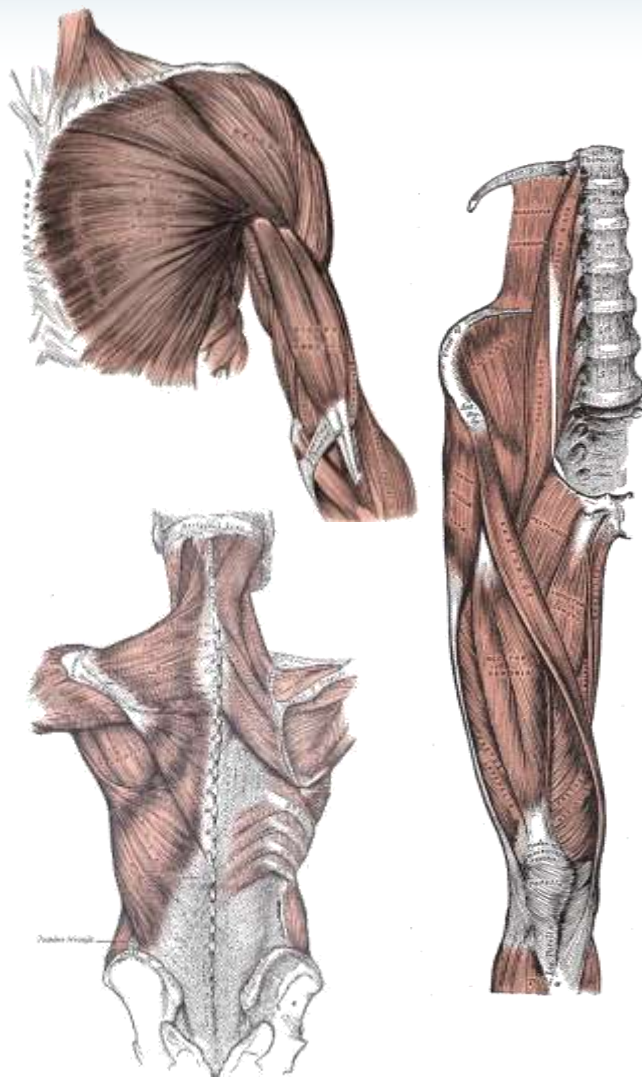
Si nuestro cuerpo responde adecuadamente podremos reaccionar con mayor rapidez ante cualquier problema (y todos sabemos que el tiempo de reacción puede suponer la diferencia incluso entre la vida y la muerte), además seremos capaces de salir de situaciones comprometidas, evitaremos posibles lesiones y, lo que también es importante, podremos disfrutar más de la inmersión.

**Con el incremento del rendimiento se aumenta de forma paralela la captación de oxígeno.**

Así el corazón se “hace más grande”; por lo que el submarinista entrenado precisará de una actividad cardíaca menor que el no entrenado, frente al mismo esfuerzo de trabajo.

En este artículo haremos un planteamiento general del entrenamiento adecuado para el buceador; por supuesto, deberán analizarse los casos concretos para el desarrollo de técnicas especializadas que requieren de una forma física superior.





## ¿Qué músculos trabajan en una inmersión?

Todos. El buceo es uno de los deportes más completos que existen en este sentido, puesto que hace trabajar a toda la musculatura. Al bucear realizaremos una secuencia compleja de movimientos, compuesta por una multitud de movimientos, capacidades y rendimientos; todos los cuales debemos ser capaces de realizar en orden correcto y de manera coordinada.

Lo positivo es que, a pesar de que intervienen todos los músculos, las lesiones óseas debidas al esfuerzo no existen, puesto que se trabaja en condiciones de falta de peso .

Por todo ello no existen unas zonas particulares que deban entrenarse con más insistencia que otras; si bien siempre es recomendable estar en buena forma física general para evitar bajones de rendimiento o peligrosas pérdidas de conocimiento.

El submarinismo no es un deporte de rendimiento en el sentido habitual, pero requiere de un esfuerzo muscular considerable para poder desplazar el propio cuerpo y el equipo completo hacia delante debajo del agua. Un rendimiento que deberá agigantarse en situaciones imprevistas como, por ejemplo, si nos sobreviene de repente una corriente o simplemente si necesitamos nadar más de lo inicialmente previsto.



## ¿Qué cualidades deben desarrollarse?

Tres son los puntos o cualidades que deberemos desarrollar de manera principal:

### **La resistencia aeróbica.**

Con la palabra resistencia significamos la capacidad del ser humano de soportar un esfuerzo prolongado sin disminuir la intensidad inicial. Pues bien, la resistencia aeróbica consiste en hacer trabajar los músculos utilizando como carburante sólo el oxígeno transportado por los hematíes de la sangre.

La intensidad del trabajo es relativamente baja pero, en teoría, puede prolongarse tanto como se quiera sin necesidad de disponer de un tiempo de recuperación.

En ningún caso la frecuencia cardíaca superará el doble de la obtenida en reposo.

### **Control espacial del cuerpo.**

Imprescindible para controlar el volumen de nuestro cuerpo en un espacio extraño como es el agua. Si no somos conscientes y tenemos un control de lo que ocupamos en el espacio, difícilmente podremos llegar a movernos con fluidez debajo del agua.

### **Técnica específica.**

Efectivamente, en función del tipo de buceo que practiquemos, será necesario el desarrollo de una serie de técnicas específicas que conviene controlar a la perfección.





## ¿Cómo desarrollar estas cualidades? El plan de entrenamiento

Está más que claro, una buena forma física no es algo que se consiga de un día para otro. Llevar una vida sana y una correcta alimentación, junto con el desarrollo diario de una serie de sencillos ejercicios de entrenamiento; es más que suficiente para disponer de un cuerpo preparado para cualquier tipo de inmersión.

Somos conscientes de que el entrenamiento no siempre es agradable, supone una actividad preparatoria para la obtención posterior de un rendimiento y por lo tanto es necesariamente un trabajo largo y meticulado.

Por ello debemos centrarnos en las pequeñas satisfacciones de poder ir progresando con el paso de los días y, para no dejarnos llevar por el desánimo, recordarnos a nosotros mismos nuestros objetivos.

A continuación le proponemos un plan de entrenamiento en el que se recogen unos sencillos ejercicios que podrá realizar en casa.





## PRIMERA FASE: ESTIRAMIENTOS.

Una primera fase de estiramientos resulta fundamental para la preparación de los músculos para el esfuerzo que supondrá el siguiente paso.

- Nos colocamos de pie en perpendicular a una pared, de la cual deberemos estar separados aproximadamente el largo de nuestro brazo.
- Mantenemos los pies juntos y, sin separarlos del suelo, levantamos el brazo más cercano a la pared y lo apoyamos enteramente en la pared. De esta forma estiramos todo el cuerpo: piernas y brazo.
- Repetir con el otro brazo.
- Nos tumbamos en el suelo, boca arriba, doblamos las piernas hacia el pecho y levantamos la cabeza. El ejercicio consiste en abrazar las piernas.
- Nos mantenemos sentados en el suelo y estiramos una de las piernas, mientras la otra se flexiona por encima de la estirada.
- En esta postura, nos estiramos hasta alcanzar el pie de la pierna que se mantiene extendida.
- Después procedemos a extender el tronco y, sin variar la postura de las piernas ni torcer lo más mínimo la espalda, girando la cadera apoyaremos ambas manos en el lado correspondiente a la pierna cruzada.
- Cambiamos la posición y repetimos del otro lado.
- De nuevo sentados en el suelo, doblamos ligeramente las piernas uniendo las plantas de los pies y separando las rodillas. Colocamos las manos encima de las rodillas.
- En esta posición, flexionamos en tronco hacia delante y tocamos el suelo con las palmas de las manos.
- Nos mantenemos sentados y colocamos las piernas juntas y perfectamente estiradas. Doblamos una pierna, cruzándola por encima de la otra y tiramos de ella con las manos.
- Repetir con la otra pierna.

Estiramientos recomendados para surf



Estiramientos recomendados: oficina





## FORMACIÓN

### SEGUNDA FASE: CALENTAMIENTO.

El objetivo de esta segunda fase es mejorar nuestra elasticidad, lo que servirá para desarrollar la movilidad natural de las articulaciones.

- De pie, con las piernas ligeramente separadas y los brazos extendidos a lo largo del cuerpo; hacemos oscilar los brazos sin doblarlos, en sentido contrario, esto es, mientras uno va hacia delante el otro irá hacia atrás y a la inversa.
- Nos mantenemos de pie, con los pies separados y ahora nos damos la mano por detrás de la espalda. En esta postura flexionamos el tronco hacia delante, empujando con los brazos hacia arriba. Hacemos dos rebotes y regresamos a la posición inicial.
- Nos tumbamos en el suelo boca arriba, con los brazos separados por encima de la cabeza y las piernas separadas. En esta postura movemos la pierna izquierda, sin flexionar la rodilla, hacia la mano derecha y a la inversa.
- Sentamos en el suelo, con ambas piernas perfectamente estiradas y separadas, doblaremos el tronco hasta alcanzar el pie con izquierdo con la mano derecha y viceversa.



## TERCERA FASE: EJERCICIOS ESPECÍFICOS.

Ejercicios que nos servirán para mejorar nuestra fuerza muscular; debemos tener en cuenta que ésta no sólo se mejora trabajando con sobrecargas, sino que además puede conseguirse con ejercicios específicos de carga natural, basados en el uso del peso corporal.

- Posición inicial: de pie, unimos las manos con los dedos mirando hacia nuestro cuerpo y en esa postura extendemos y flexionamos los brazos.  
Cambiamos la posición de las manos, colocando una hacia nosotros y otra hacia fuera (los dedos de una contra la palma de la otra). Extendemos y flexionamos los brazos.
- Nos mantenemos de pie y ahora separamos las piernas, dejando los brazos estirados a lo largo del cuerpo. En esa postura nos dejamos caer hacia delante, apoyándonos con las manos en el suelo. Apoyamos toda la planta de los pies, flexionamos el tronco y empujamos con los brazos, para volver a la posición inicial.
- Tumbados boca abajo, con los brazos estirados hacia delante, realizaremos los siguientes ejercicios:
  - Levantar brazos y troncos.
  - Levantar las piernas (sin separarlas).
  - Levantar alternativamente brazos y piernas de lados opuestos.
  - Levantar a una misma vez brazos y piernas.



## DEPORTES COMPLEMENTARIOS

Un entrenamiento completo requiere la práctica de una serie de deportes complementarios al buceo (por desgracia no podemos estar tanto tiempo bajo el agua como nos gustaría a nosotros).

Existen una serie de actividades que se complementan a la perfección con el buceo y que nos permitirán adquirir la forma física deseada.

Básicamente deberemos hablar de la **Natación**, uno de los considerados cuatro deportes fundamentales (los demás son la carreta a pie, la bicicleta y el remo); no sólo nos hará acostumbrarnos al medio en el que después nos moveremos, sino que además nos ayudará a mejorar nuestra capacidad de resistencia. Con la natación trabajamos la musculatura de las piernas, algo que siempre nos será de ayuda en el buceo. Conviene, como es natural, comenzar por sesiones cortas que iremos ampliando a medida que mejore nuestra capacidad. Para sesiones largas se recomienda alternar el crawl con la braza.

Resulta imprescindible realizar un autoanálisis de nuestros propios gestos, evitando el moverse con precipitación y nadar con un avance discontinuo.





Asimismo y siempre que nos sea posible, convendrá nadar con aletas, para acostumbrarse a su uso y trabajar la zona; así como alternar ejercicios de apnea.

Con el objetivo de muscular las piernas, la **carrera a pie** y la **bicicleta**, resultan igualmente excelentes ejercicios.

Además y como deportes complementarios, la práctica del **fútbol** y del **baloncesto** puede ser enormemente útil. En estas dos actividades se desarrolla la resistencia aeróbica. En ambos el ritmo de juego suele ser rápido y requiere de una mayor capacidad de reacción y exigen la realización de una gran cantidad de gestos diferentes. Además y fundamentalmente en el baloncesto, trabaja también la coordinación, algo que también nos servirá bajo el agua.

Muchos combinan también la práctica del **waterpolo** y de la **escalada**. En el primero se nos obligará a experimentar gran cantidad de diferentes situaciones en el agua, de las que deberemos salir adecuadamente. La escalada requiere sin embargo una alta dosis de agilidad, que deberá combinarse a la perfección con la fuerza; se trata de un ejercicio que precisa del desarrollo de todos los músculos, puesto que nunca podremos llegar a saber la situación concreta en la que nos encontraremos en un determinado momento.

Además la necesidad de una concentración absoluta es muy similar a la que precisaremos para el buceo.



# AYUDANOS - COLABORANDO

Ayúdanos a mantener el proyecto SENSACIONES desde 1€ (y con el importe que elijas). En SENSACIONES todo es gratis para todos aunque tiene un coste de mantenimiento y dedicación muy elevado. Si crees que merece la pena puedes colaborar, una vez al mes, una vez al año, o cada cuando tu lo creas. Con tu ayuda podremos continuar mejorando y ampliando este proyecto para tu disfrute y el de los demás amigos.

*“Por menos de lo que cuesta un café colaborarás en un gran proyecto de todos para todos”*

Visita el siguiente enlace para colaborar – *(Solo a través de PayPal)*

<http://www.sensaciones.org/donacion.htm>

Desde tan sólo **1€**



DONACIONES



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## El Ayuntamiento de Palma proyecta crear un parque subacuático

El Ayuntamiento de Santa Cruz de La Palma planea la construcción de un parque subacuático en la zona de Maldonado. El concejal de Servicios Sociales y Deportes, Juan José Cabrera Guelmes, explicó que este proyecto representará un impulso para el ocio y el deporte en la ciudad, además de un revulsivo importante para una zona de la capital palmera llamada a convertirse en un espacio turístico de calidad una vez se apruebe el Plan General.

Y es que este parque subacuático, que se creará hundiendo un pecio, estaría situado en el entorno donde está prevista la creación de un puerto deportivo, además del Palacio de Congresos y un hotel de lujo, entre Maldonado y el barranco del Carmen. Cabrera explicó que el hundimiento de un pecio permitiría la creación de un arrecife artificial, generando un hábitat propio en un entorno que, según han confirmado expertos, es muy apropiado para la práctica del buceo por la protección de la costa que otorga el relieve de la Isla, así como la plataforma marina existente.

El concejal ya ha iniciado contactos para tratar este asunto con los órganos e instituciones implicadas como Puertos, la Cofradía de Pescadores, Capitanía Marítima o los profesionales del submarinismo de La Palma. Conversaciones todas ellas que han tenido resultados muy favorables sobre este proyecto. Cabrera informó además de que se va a encargar un estudio a la Reserva Mundial de la Biosfera para acotar la zona del parque. Asimismo, indicó que tanto la gerente de Promotur, Yolanda Perdomo, como el vice consejero de Pesca del Gobierno de Canarias, Francisco López, han mostrado su interés en colaborar con el proyecto del parque subacuático de Santa Cruz de La Palma.

Asimismo, destacó que se está estudiando la inclusión en el proyecto de instalaciones complementarias para presentarlas ante la administración de Costas y que serían, además de las infraestructuras necesarias (almacén, vestuarios, etc), un centro de buceo, que en la actualidad no existe en Santa Cruz de La Palma, equipamiento para un mini acuario y un centro de formación e interpretación de la fauna marina, además de un bar-restaurante. De los contactos mantenidos con las diversas administraciones, el concejal popular es optimista para la consecución de fondos que puedan hacer realidad este proyecto, que puede representar un importante estímulo para la oferta turística.



Descárgate  
**GRATIS**  
la última  
versión

**NUEVO**  
"GPS TOMTOM dive"  
**SENSACIONES**

- Más de 500 centros de toda España
- Sus localizaciones
- Configurable con avisos acústicos
- Actualización constante
- Soporte on-line a través del foro



para  
**TOMTOM - IPHONE - MOVILES**





## FONDOS DE PANTALLA



En [www.sensaciones.org](http://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.





# TABLA DE DENOMINACION DEL ESTADO DEL AGUA

Por Medu y RX ( Esteban y Rodrigo)

## Grado 0. Sin visibilidad/visibilidad nula:

Menos de un 1m (no te ves ni las aletas. Es cuándo te preguntas, pa que puñetas habré venido a bucear? Si es que soy un vicioso! )

## Grado 1. Muy mala visibilidad:

De 1m a 5m (dificultad en ver al compañero, a veces es una buena excusa para perderlo de vista!)

## Grado 2. Mala visibilidad:

De 5m a 10m (ves al compañero sin mucho esfuerzo, ya no tienes excusa)

## Grado 3. Visibilidad aceptable:

De 10m a 15m (lo que los canarios dicen que es muy mala visibilidad )

## Grado 4. Buena visibilidad:

De 15m a 20m (Se ve el fondo, de una inmersión estándar, desde la embarcación. Tienes ansiedad por tirarte al agua).

## Grado 5. Visibilidad excelente:

De 20m a 30m (ves a todo el grupo durante la inmersión)

## Grado 6. Visibilidad de la leche:

Más de 30 m (desde el barco se ven los nudis del fondo)

## Grado especial. El paraíso:

Más de 50 metros! (No seas tonto, quédate allí a vivir!!)





Además a éstos grados se le pueden añadir componentes del agua, que pueden ser: (Muchas/algo/pocas)

- **Partículas.**
- **Mocos o algas**
- **Medusas**
- **Plancton**
- **Residuos diversos**

Y por supuesto la temperatura:

**De locos:**

Temperatura entre 0-10°C (Sólo para valientes)

**Fría de cojo\_es:**

Temperatura entre 11-15°C (Si no llevas seco a los 30 minutos las pasas canutas)

**Fría:**

16-18°C. (Aquí estaría la temperatura a la que los Canarios llaman fría de cojo\_es: 18° . Ésa temperatura es fácilmente identificable también por que es a la temperatura a la que ya no va a bucear tu mujer, a no ser que le regales un seco )

**Fresquita:**

De 19 a 21°C (Notas algo de frío al final de la inmersión).

**Muy buena:**

De 22 a 24°C (No miras la temperatura en toda la inmersión)

**Excelente:**

De 25 a 27°C (Te animas a ir a pelo o como mucho ponerte una licra)

**Caldo de puchero:**

Más de 28°C (No hay cojo\_es de sacarte del agua. De ahí que en algunos sitios te den botellas de 11 litros )



### Para el mar de fondo:

#### **Hurricane.**

Más de 2,5 metros de mar de fondo: Te metes al agua desde embarcación (que esa es otra, a ver cómo lo haces), de costa es imposible. No buceas, te dejas llevar, cual marioneta, por el designio violento del agua.

#### **Bamboleo.**

Entre 1,6 y 2,4 metros de mar de fondo: Aleteas con el mar de frente para intentar no moverte, aleteas con el mar de cola para salir despedido. Si quieres pararte a ver algo te agarras a una piedra... luego decides que es mejor conservar todos tus dedos.

#### **Mecedora.**

Entre 0,6 y 1,4 metros de mar de fondo: Es un vaivén constante, casi agradable, pero a la larga molesta. Cuesta mucho sacar una foto a algo estático o curiosear en las oquedades sin pegarte una leche contra algo (este es el mar de fondo que los canarios denominan Bamboleo ).

#### **Su-su suave.**

Entre 0,1 y 0,5 metros de mar de fondo: Te sientes un delfín que se pasea por el fondo marino aprovechando los ligerísimos movimientos del agua para alcanzar aquel recoveco, para nadar hasta aquella piedra. El mar te quiere y tú quieres al mar.

#### **All quiet.**

Sin mar de fondo: Dicen que existe. Si dejas caer una uña postiza al agua, llega al fondo justo debajo del barco. Puedes hacer el pino y sacarle la foto a un nudi al mismo tiempo. Gloria.





Todo esto ha de aderezarse con la mención de las corrientes que, de haberlas, podrían ser:

**F19. Corriente fuertísima:**

Si el submarinismo se parece a volar, con esta corriente es como convertirse en un caza. El fondo y las rocas ya no son eso, ahora son obstáculos peligrosos. Propias de Maldivas, Galápagos, etc.

**Caribeña por huevos. Corriente intensa:**

Va a volver al cabo su padre. Toca inmersión a favor de corriente guste o no. Si doblas las rodillas, las palas de tus aletas ayudan a que cojas velocidad y adelantes al fotosub pesado de turno.

**Pobres piernas. Corriente moderada:**

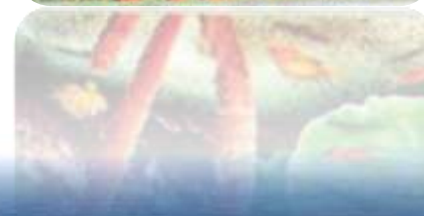
No es tan fuerte como para bucear a la deriva, pero lo suficiente como para necesitar un trasplante de gemelos. Los gallitos que van con aletas duras vacilan diciendo que apenas se nota, pero los mortales sufrimos y vamos pegados al fondo y "tapándonos" con las piedras para evitarla.

**Algo había. Corriente suave:**

Se deja sentir muy poco, incluso a veces no la percibes. Te das cuenta cuando te das la vuelta y notas que no era que el desayuno con cereales y el gimnasio que empezaste hace una semana lo que te hacía ir tan a gusto. El buceo así se parece al deporte.

**Total relax. Sin corriente:**

Dicen que existe. Si envuelves una dentadura postiza con unas bragas y la tiras al agua, caen justo debajo del barco. Puedes hacer la postura de Matrix y alumbrar al pulpo de la cueva al mismo tiempo. Bendición.





[www.SENSACIONES.org](http://www.SENSACIONES.org)

© by José Ángel Ribas Espiñeira



Miles de ejemplares  
Descargados  
cada mes

La revista nº1 del mundo

Auditado por:

LiveSTATS.XSP POWERED BY DEEPMETRIX



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## **Prohibida la pesca submarina en formentera los lunes miércoles y viernes**

*La Conselleria de Agricultura y Pesca del Govern ha prohibido la pesca submarina en Formentera los lunes, miércoles y viernes y ha establecido tres zonas de veda de 2.500 hectáreas cada una.*

La consellera de Agricultura y Pesca, Mercè Amer explicó en una rueda de prensa, que la Conselleria ha dictado la resolución que regulará la pesca submarina en las aguas interiores de Formentera durante los próximos cinco años.

Según un comunicado de la Conselleria se trata de "una demanda histórica de las administraciones de las isla" que "tras cerca de 10 años se ha hecho efectiva".

Las áreas de protección se dividen en una zona A, de 1.692 hectáreas, entre la punta de la Gavina y la punta Rasa; una zona B, de 821 hectáreas que se extiende desde es caló de Sant Agustí hasta la punta de es Far; y una zona C de 14 hectáreas situada al sureste de la isla.

Por otra parte, informa la nota, la resolución prohíbe también la pesca en las aguas interiores de Formentera a más de 20 metros de profundidad y establece un máximos de 20 licencias de pesca submarina anuales.

Según Amer, la regulación trata de "dar respuesta a un petición histórica".

La consellera ha destacado que la actuación ha sido consensuada con las administraciones públicas y las cofradías de pescadores, "pensando, en todo momento, en la sostenibilidad y el equilibrio de los recursos marinos".

Según ha explicado, la regulación se sustenta además en un estudio técnico sobre el estado de determinados recursos marinos.

El estudio concluye que en las aguas interiores de Formentera hay especies marinas muy vulnerables -como rape o cabracho- casi inexistentes en el fondo marino y gran cantidad de otras especies.

Esta circunstancia indica la existencia de "una depredación selectiva" de especies de alto valor económico, según ha explicado la Conselleria.





## REPARACIÓN CREMALLERA TRAJE SEMI SECO

El otro día se me rompió la cremallera del semi seco y la pude arreglar. la cosa es que se rajo un poco nada mas empezar la cremallera pero el tirador he conseguido meterlo en la cremallera, y cerraba bien, el problema estaba delante que se quedo abierta.

La cerré cosiéndola con un hilo especial con cera que es súper duro le di muchas vueltas y cuando lo tuve le puse aquasure y ha quedado genial. (Adjunto fotos del bricosub)

Enviado por: Victor Manuel Soriano



**MERCHANDISING**  
**SENSACIONES**  
*Identifica tu pasión*



VIAJES y BUCEO

*Hermoso rincón de la tierra donde Darwin encontró claras evidencias de lo que ahora llamamos EVOLUCION. En estos escritos haré una reseña de lo que en estos parajes se observa y porque es tan importante su conservación.*

Biol. Luz María Guzmán Fernández

# LAS ISLAS GALAPAGOS

Laboratorio de la Evolución.



El conjunto de tierras que constituye el también llamado Archipiélago de Colón ha sido identificado como uno de los lugares de mayor belleza en la Tierra, no sólo por la riqueza de su flora y fauna sino por la variedad de ambientes que aquí conviven.

Estas tierras son un paraíso para los aficionados a la vida animal, marina y terrestre, y en general a la naturaleza, porque aún es posible visitar parajes no dañados por la mano del hombre.

La historia de estas pequeñas ínsulas ubicadas a 900 kilómetros de la costa sudamericana, justo enfrente de Ecuador, puede estudiarse desde varios puntos de vista; geológico, histórico y evolutivo.

Iniciaremos este escrito hablando de la **historia geológica** de las Islas Galápagos, explicando como se formaron tan particulares islas.

Gracias a los estudios oceanográficos y tectónicos, se sabe que nunca estuvieron unidas al continente sudamericano, como alguna vez se sugirió, sino que surgieron sobre un punto caliente de la Tierra producto de una intensa actividad volcánica, que produjo intensos derrames basálticos, tanto submarinos como los que alcanzaron la superficie del mar y posteriormente se fueron solidificando.

Según los cálculos más conservadores se ha podido calcular a este grupo insular una edad entre un millón 370 mil años y un millón 470 mil años, lo que nos permite calificar al conjunto de islas de “muy jóvenes”, si tenemos en cuenta que la corteza terrestre del globo terráqueo se solidificó al menos hace 4 mil quinientos millones de años.





Las islas están constituidas por rocas volcánicas (ígneas) con algunos fragmentos de granito vitrificado y alterado por el calor, además de una roca volcánica llamada basalto y sus equivalentes piro clásticos que originalmente tenían una temperatura inicial de mil grados centígrados y provenían de profundidades de 60 a 100 kilómetros del manto terrestre.

Existen por lo menos 2 mil cráteres en las Islas Galápagos, y algunos de ellos presentan cierta actividad. El Archipiélago Colon está formado por 5 islas de más de 500Km<sup>2</sup> (Isabela, Santa Cruz, Fernandina, San Salvador y San Cristóbal), 8 islas entre 14 y 173 Km<sup>2</sup> (Santa María, Marchena, Española, Pinta, Baltra, Santa Fe, Pinzón y Genovesa); seis entre 1 y 5 Km<sup>2</sup> (Rábida, Seymour, Wolf, Tortuga, Bartolomé y Darwin), además de 46 islotes y 26 rocas más.

Las rocas y las arenas de cada una de las islas difiere un poco de las demás, con una gran variedad de colorido en el sustrato de las islas. Algunas son negras, rojizas, amarillas, e incluso hay algunas que tienen unas níveas playas.

Otra historia apasionante es descubrir cómo se poblaron de especies diversas éstas islas. ¿De dónde venían esos seres que al llegar aquí encontraron toda una gran variedad de lugares donde vivir e iniciar una nueva forma de existencia? Partimos de la premisa que ninguno de sus habitantes apareció aquí de pronto, sino que todos ellos llegaron de otros lugares, por ellos mismos o transportados accidentalmente.



Las corrientes marinas (agua) y aéreas (eólicas)provenientes del continente fueron seguramente las vías utilizadas por las semillas, plantas y hasta grandes masas de vegetales. Igualmente pudieron llegar entre las plumas o patas de algunas aves. Arrancadas por las tormentas en el continente seguramente se formaron “balsas” que abandonaban los ríos para posteriormente adentrarse en el mar con una gran cantidad de plantas y algunos animales atrapados en un pequeño universo que derivó con la corriente hasta encontrar islas en las que se pudo desarrollar y continuar con una existencia nueva.

Si asumimos esto debemos pensar entonces que existe una cierta semejanza entre la vegetación continental y la insular. También encontramos algunas especies que no se encuentran en ninguna otra parte del planeta. Cuando visitamos las islas tenemos la impresión de estar ante algo totalmente nuevo, aunque podemos reconocer algunas semejanzas o rasgos con otras plantas continentales.

Afortunadamente todo tiene una explicación y baste recordar que las características físicas que tienen las islas varían mucho con respecto de las del continente y entre las islas entre si.





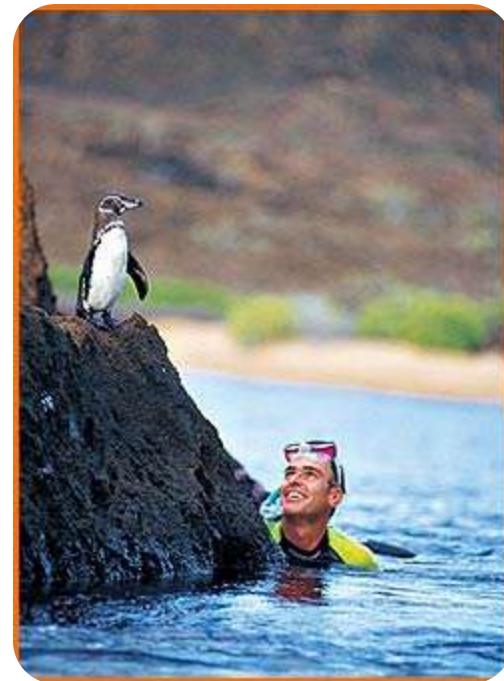
Cuando llegaban nuevas semillas o plantas, encontraban una gran variedad de ambientes, con un amplio espacio, diferentes condiciones de suelo, variedad de climas, sin otras especies competidoras, que les permitieran adaptarse y continuar su desarrollo, alejándose en cierta forma, de las características originales del continente.

El mismo Charles Darwin explicó que toda la flora de éstas islas mostraba un innegable sello del Continente Sudamericano. En algunas islas es posible encontrar especies totalmente endémicas y confinadas a esa isla. En las Islas Galápagos se han identificado 170 familias, 348 géneros y 702 especies, subespecies y variedades de plantas de los cuales el 32.5% son endémicas en éste archipiélago.

En cuanto a la incógnita de cómo los animales alcanzaron estas islas e hicieron de ellas su hábitat existen varias explicaciones. Cualquiera que ésta sea debemos aceptar que también los animales representantes de la fauna galapagueña llegaron de puntos distantes, pues no se originaron en estas ínsulas.

Seguramente que al ser arrastradas grandes masas de vegetación, algunos animales quedaban también atrapados y fueron transportados en esas balsas flotantes. Por otro lado, las aves fácilmente podían viajar grandes distancias o bien fueron arrastradas por fuertes corrientes de aire que soplan del continente hacia mar abierto.

Los animales seguramente utilizaron diferentes vías que los condujeron a un nuevo territorio que en ese momento se encontraba virgen y que ofrecía amplias posibilidades de desarrollo y muy variados ambientes. Esto, aunado a que no existían competidores o grandes depredadores, les aseguró la supervivencia. Los animales de las Islas Galápagos presentan ciertas características especiales, por las condiciones del ambiente y por el poder de adaptación que cada uno tiene.





Podemos afirmar que la mayoría de las especies de animales de las Islas Galápagos, son endémicas por no encontrarse en ningún otro sitio del mundo. La ausencia de depredadores naturales de gran tamaño ha mantenido a las especies galapagueñas en completa mansedumbre. También aquí encontramos una mezcla de especies originarias de muy diversas latitudes.

Esto se debe a la localización de las islas, bajo la línea ecuatorial, bañadas por la corriente de Humboldt, que da lugar a un clima muy variado, tanto en la zona marina como en la terrestre. Las fragatas, pájaros tropicales y piqueros, propios de climas tropicales coexisten con pingüinos y albatros de regiones antárticas o subantárticas. De la misma manera ocurre entre mamíferos como son las especies de lobos marinos que habitan en éste archipiélago. Proceden de hemisferios distintos: unos vienen de las costas de California y el Mar de Japón y otros de las costas australes de Sudamérica.

Por otro lado, diré que a pesar de ser una característica notable de las especies tropicales poseer una fuerte coloración a más de muy variada, los campos negros de lava de las Islas Galápagos no permiten mostrar esta característica y el gris y negro son los colores dominantes de la fauna insular.

El tiempo parece haberse detenido en éstas islas, donde encontramos animales que nos remontan a una época lejana, cuando los reptiles eran los amos del mundo. Iguanas marinas y terrestres, las famosas tortugas que han dado su nombre al conjunto de islas. Los grupos de animales vertebrados que viven en las Islas Galápagos son: peces con una gran variedad de tiburones, rayas y peces óseos; reptiles como iguanas, tortugas, serpientes y lagartijas, aves y mamíferos; éstos únicamente marinos como los lobos marinos y focas.



No encontramos ningún representante de los anfibios a pesar de que los ambientes húmedos abundan. Quizá para ellos la frontera del agua marina fue insalvable. Tampoco hay mamíferos terrestres, salvo los introducidos posteriormente por el hombre como son ratas, chivos, puercos, gatos y perros que han venido a ser la pandemia de la fauna local. D

entro de los hallazgos de Carlos Darwin fue encontrarse con la existencia de las tortugas gigantes que tenían diferencias específicas dependiendo de la isla de procedencia.

Así podían tener un caparazón redondeado o bien como silla de montar. El tipo original de quelonio apareció en la evolución hace unos 250 millones de años. La forma actual de tortuga terrestre surgió hace ya unos 70-80 millones de años, época en la que se tornaron en gigantes.

De las originales 15 especies que poblaron el archipiélago de Colón, solamente quedan 11. Las restantes desaparecieron en el transcurso de los últimos 150 años, producto de la explotación humana.

### **PRESENCIA HUMANA EN LAS ISLAS.**

El día 10 de marzo del año 1535 , hace 474 años fueron descubiertas históricamente las islas que ahora se llaman en conjunto Las Islas Galápagos y que se localizan a 1,050 kilómetros de la costa sudamericana frente al litoral de Ecuador. Ese día, accidentalmente, llegó el Obispo de Castilla de Oro, como se le conocía a Panamá, Fray Tomas de Berlanga quien las reclamó como territorio español.

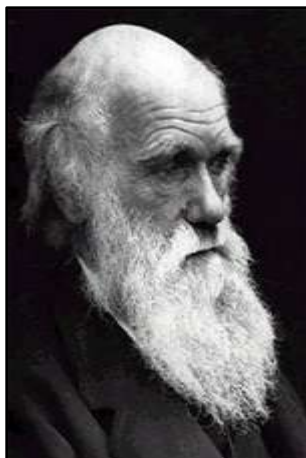
Seguramente arrastrado por la corriente marina, llegó a éstas ínsulas para encontrarse con un territorio totalmente virgen y donde los hombres no habían dejado aún su huella.





Fue a partir de ese momento que empezaron a ser visitadas por los hombres y no siempre para que fueran afortunados esos encuentros.

La flora y fauna, única en este sitio y por lo tanto endémica, por las razones antes expuestas, sufrió el impacto de las llegadas de piratas, corsarios y bucaneros que se escondían para esperar el paso de los barcos españoles, cargados de oro de Virreinato del Perú que recorrían la zona marina entre los territorios que ahora forman las naciones de Perú y Panamá. Además de refugio ante las tempestades y poderse esconder de los españoles, en las Islas Galápagos encontraban “alimento” fresco. Subían enormes tortugas terrestres, las que dan el nombre a este archipiélago, iguanas, aves etc., para asegurar que llevaran suficientes recursos alimenticios.



Fueron ellos, los piratas que para nada les importaba si eran especies únicas, los que aceleraron el proceso de desaparición de varias especies.

Aquí cabe aclarar que la fauna presenta una característica llamada mansedumbre, en otras palabras, que son mansos. Al no haber grandes depredadores no tienen tácticas de caza ni de escape. Permiten que otros animales y las personas se acerquen hasta ellos. De eso se aprovecharon esos piratas para mermar las poblaciones de quelonios y reptiles, principalmente.

En el año de 1831 el Ecuador reclamó a las Islas como territorio que le pertenecían y fue hasta el año de 1832 que formaron parte de esa nación sudamericana. Allí empezó otro problema para la flora y fauna de tan particulares islas. Se estableció un penal y con los reos llegaron ratas, gatos, perros, chivos, cerdos; todos esos animales empezaron a competir por los recursos alimenticios y de espacio lo que nuevamente afectó a las poblaciones naturales.



Sin embargo, la visita que las convirtió en famosas, y les dio renombre mundial, fue la que hizo el naturalista inglés Carlos Darwin en 1835, quien llegó a ese territorio a bordo del HMS Beagle comandado por el Capitán Fitz Roy. Fueron escasas 5 semanas las que los científicos de esa expedición permanecieron en éstas islas. Durante ese tiempo Darwin tomó nota de todo lo que impactaba a sus ojos y colectó una gran cantidad de especímenes de flora y fauna. Realizó dibujos y bocetos de cuanto organismo nuevo veía.

*El 15 de septiembre de este año se estarán recordando 174 años de aquella visita que habría de modificar el pensamiento del joven Carlos Darwin.*

Las islas que visitó Darwin fueron San Cristóbal (Chatham), Floreana (Charles), donde había una colonia de reclusos, Isabela (Albemarle), Fernandina (Naborough) y Santiago (James). En todas ellas organizó numerosas colectas de especímenes animales y vegetales, que fueron llevados a Inglaterra con el fin de estudiar a fondo todas sus características y conocer las relaciones que entre éstas especies existían. Otra expedición científica importante pero menos conocida fue la del naturalista alemán Alexander von Humboldt, quien muchos años antes que Darwin las visitó, en 1804, pero su obra científica nunca fue tan famosa ni reconocida en vida como la del naturalista inglés.

Regresó a Inglaterra y rodeado de todos sus ejemplares colectados, sus anotaciones y cientos de recuerdos pasaron 25 años mas para que el pudiera dar a conocer su teoría que revolucionó la forma de ver la vida, el mundo y a partir de ese momento, la ciencia y la sociedad sufrieron una revolución.

El Museo de Historia Natural, Natural History Museum, es donde se encuentra la gran colección de organismos capturados en aquellos años por el naturalista inglés. Solamente quedan unos días más de una gran exposición llamada BIG IDEA, BIG EXHIBITION, (Gran Idea, Gran Exhibición) sobre los descubrimientos biológicos de Carlos Darwin. Se montó desde noviembre de 2008 hasta el 19 de abril de 2009

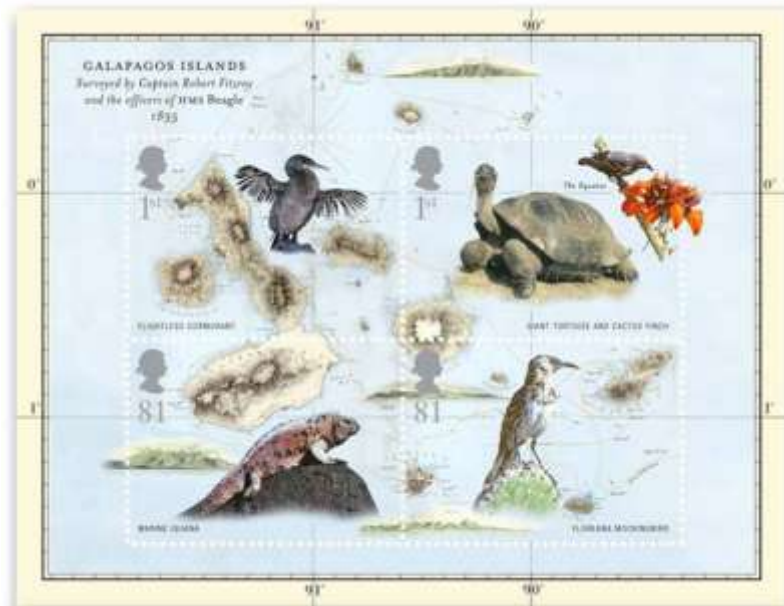
En 1959 se hizo pública la declaración de que las Islas Galápagos formaban un Parque Nacional protegido por el gobierno ecuatoriano y en 1964 fue formalmente inaugurada la Estación de Investigación Charles Darwin en la Bahía Academia, de la isla de Santa Cruz. Es precisamente en ésta isla donde se localiza la única población estable que esta permitida en el archipiélago. Aquí se encuentran hoteles, marinas y prestaciones turísticas para aquellos amantes de la naturaleza que no buscan lujos y si mucha aventura



El aeropuerto se localiza en la Isla de Baltra, muy cercana a Santa Cruz. En el año de 1979 son declaradas Patrimonio Natural de la Humanidad, así que justamente en éste año de 2009 se cumplen 30 años de que tengan un mayor reconocimiento mundial lo que acontece en éstas ínsulas ecuatorianas. Actualmente están protegidas en su totalidad, flora, fauna, geología, etc. No se puede hacer ninguna extracción o daño a sus recursos. Son numerosas las acciones que protegen a todos los organismos que aquí habitan y son variadas las investigaciones que se llevan a cabo aquí. Se procura que ningún ambiente sea perturbado por la presencia humana y desde hace años las autoridades ecuatorianas aplican un programa de turismo ecológico que no afecte a las islas y no impacte a ninguna de las poblaciones existentes, tanto de la flora como de la fauna.

Cuando se visita las Islas Galápagos se tiene la seguridad de realizar un recorrido único en la vida. Nada se compara con estar en el escenario mismo donde la naturaleza le susurró a Darwin al oído sus secretos más guardados para que el los pusiera posteriormente en papel y los diera a conocer, revolucionando el pensamiento existente y cambiando la forma de ver el mundo a partir de que fue develado ese secreto.

Aquí no se admiran obras de arte ni espacios cerrados sino que se contempla la majestuosidad de escenarios naturales con una gran cantidad de flora y fauna diferente a lo visto en cualquier otro lugar del mundo. Observar la vida que estos seres llevan, sin más preocupación que buscar alimento y poder perpetuar la especie, es realmente un privilegio.





*Pero, son las Islas Galápagos, islas exclusivas, donde ocurren fenómenos biológicos únicos? Solamente aquí pudo haber visto Darwin como se originaban las especies?*

La respuesta es no. Hay muchas islas en el mundo donde ocurren estos fenómenos de especiación, que una vez observados y detallados por Darwin pueden ser fácilmente reconocidos por otras personas en otros lugares.

De hecho, un compatriota suyo, el también inglés Alfred Wallace llegó a las mismas conclusiones que Darwin sin haber pisado nunca las Islas Galápagos. Wallace trabajó en el Archipiélago Malayo, observando que de isla en isla, las especies también diferían, como lo observó Darwin, en las Galápagos.

El también escribió sus observaciones y se las envió a Darwin para conocer su opinión ya que era, en ese entonces, un científico muy reconocido en Londres.

Al leer Darwin el trabajo de Wallace reconoció que era un escrito con ideas tan similares como las que él estaba gestado en su cerebro desde hacía más de 20 años. En ese momento, se decide a dar a conocer su teoría y presenta ante la Sociedad Linneana de Londres su trabajo llevando como coautor a Alfred Wallace.

Eso sucedió el 1 de julio de 1859; es decir que en unos meses más, en julio, estaremos celebrando 150 años de que Darwin y Wallace, ambos ingleses, presentaron su famosa Teoría de la Evolución y Formación de las Especies.

Ahora bien, en otros lugares de América también se pueden observar flora y fauna únicas, con fenómenos de especiación similares son la Isla de Cocos, perteneciente a Costa Rica, Malpelo, bajo la bandera Colombiana, Clipperton, que pertenece a Francia y numerosas islas en México.



Las Islas de Revillagigedo y las Islas Marías también presentan características similares a las Galápagos, son junto con todas las nombradas anteriormente del Océano Pacífico, de origen volcánico y en ellas vive flora y fauna, tanto marina como terrestre, única en el mundo. Ya de ello nos ocuparemos en otra ocasión.

Por todo lo antes expuesto bien vale la pena conservar y proteger estos destinos ahora turísticos que no importa bajo que bandera estén pero que todos de una *manera o de otra son legado* de la humanidad.



**BIOL. LUZ MARIA GUZMAN FERNANDEZ**

BUCEOXTABAY

DIRECCION GENERAL.

(998) 2089212

9988450174

<http://buceoxtabay-luzmaguzman.blogspot.com>

INSTRUCTORA NAUI 16,728





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS



En Mayo de 2008, el Oceanográfico de la Ciudad de las Artes y las Ciencias organizó y acogió el Primer Festival Internacional de Imagen Submarina. Este certamen resultó un gran éxito entre profesionales y visitantes. El objetivo de este festival es doble. Por un lado, busca promover la protección y conservación de los mares a través de la divulgación de imágenes de los océanos y de los seres que lo habitan. Por otro lado, pretende poner en contacto a especialistas de la fotografía y vídeo submarinos de todo el mundo, entre sí y con el gran público.

Aunque la continuidad de este festival está garantizada, se ha decidido posponer la segunda edición más allá de 2009. La razón fundamental es una menor participación de concursantes y empresas, tal y como se ha observado en otros festivales similares celebrados en los últimos meses en otros países.

Sin embargo, y para no perder el contacto durante este año con los aficionados al mundo submarino, y con el fin de mantener el vínculo creado durante el festival de 2008, entre el 15 y el 17 de mayo, por segundo año consecutivo "Imágenes en Azul" y el Oceanográfico organizan el certamen CINESUB, la mayor Muestra Internacional de Cine Submarino. Durante el mismo se proyectarán en el auditorio Mar Rojo documentales submarinos de los autores más reconocidos mundialmente y galardonadas en Festivales Nacionales e Internacionales de gran prestigio.

En esta ocasión, se contará con trabajos premiados en la última edición del Festival Mundial de Imagen Submarina de Antibes (Francia). Entre ellos, destacan *"SuperFish"* de Richard Rosenthal, Premio especial del público y Premio Planeta Thalassa, *"El último viaje"*, el multipremiado corto de Rafa González y Mayte Sánchez que denuncia la continua matanza de ballenas, el entrañable: *"El Hechizo del pez payaso"*, de Leandro Blanco, el Premio especial del Jurado 2008 *"Agua de Bretaña"* de Edward Snijers, la Aleta de Oro 2008 *"The Pier"* de Daniele Iop, y *"Sexy Shark"*, de Andreas Schumacher. Se proyectarán además importantes trabajos ganadores en anteriores ediciones, como *"Ventanas de la vida"* de Danny Van Belle, Aleta de Oro en 2007, o *"El Hipocampo"* de Élodie Turpin, Premio del Instituto Paul Ricard 2007.

Paralelamente, durante los tres días de celebración de CINESUB, se realizarán conferencias sobre temas relacionados con la imagen submarina y el mundo de los océanos, ofrecidas por invitados de prestigio internacional, como Leandro Blanco.



# NUEVO "CHAT SENSACIONES"

## Habla con amigos que comparten nuestra pasión



Siguiendo con la idea de ofrecer nuevos servicios a todos los miembros de **SENSACIONES**, se ha habilitado el CHAT. Un punto de reunión donde quedar con los amigos, donde organizar quedadas, charlas, pasar el rato en compañía de gente que como tu siente pasión por nuestro maravilloso mundo de las burbujas o simplemente tiene un rato para pasarlo entre colegas.

Este sistema de chat no requiere de ningún tipo de programa adicional, ni descargarse ningún tipo de accesorio. Es independiente y funciona directamente desde la página de tu navegador.

### INSTRUCCIONES

Para acceder al chat, debéis pulsar en la imagen de arriba donde salen los 2 iconos del Messenger hablando, o bien en este enlace "[ACCESO CHAT](#)".

Una vez se haya abierto la página principal, os saldrá una imagen como esta donde deberéis introducir vuestro Nick o usuario con el cual queráis identificaros, en este ejemplo hemos utilizado "PezLuna".

**¡¡ NO DEBEIS INCLUIR NINGUNA CONTRASEÑA, SOLO NICK !!**

**Acceso miembros**

Usuarios en línea (0)

Usuario: PezLuna

Contraseña: (\*solo para miembros)

Introducir usuario sin contraseña y pulsar "Acceso"

Bienvenidos al chat de [www.sensaciones.org](http://www.sensaciones.org)

ÚLTIMA HORA



## NUEVO "CHAT SENSACIONES"

Habla con amigos que comparten nuestra pasión

a continuación accederéis a la página principal del sistema de chat que es como la siguiente, donde podréis comprobar los usuarios que se encuentran conectados en ese momento a través de la lista de usuarios.

La sala Lobby, es la sala principal de acceso donde se entra de forma predeterminada. Para salir del chat en cualquier momento, solo debéis de pulsar en el botón "Salir".

El sistema tiene una serie de opciones para escritura e iconos decorativos a los cuales podréis acceder pulsando sobre el botón opciones tal y como muestra la siguiente imagen.

Para crear una sala propia donde poder hablar de un tema en concreto, deberéis pulsar sobre el botón "seleccione sala" y luego escribir el nombre de la sala que deseáis crear en la casilla "**añadir nueva sala:**" pulsáis sobre añadir y la sala estará creada. En este ejemplo hemos creado la sala "**Buceo TEK**". Cualquiera que se encuentre en el chat podrá acceder a ella seleccionándola a través de el botón "seleccione sala"

Bueno, esperamos que disfrutéis de esta nueva opción de la web de SENSACIONES y para cualquier duda o consulta no dudéis en contactar a través de este enlace "[CONTACTAR](#)" rellenando el formulario de contacto.

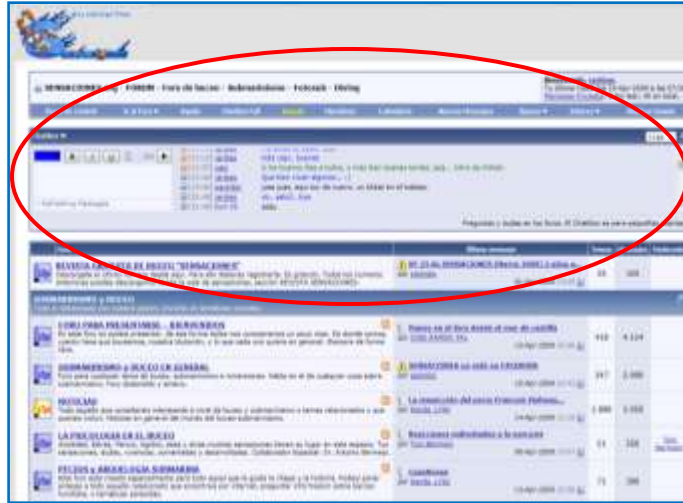


ÚLTIMA HORA



## NUEVO "CHAT SENSACIONES"

Habla con amigos que comparten nuestra pasión



### CHAT en los FOROS

Otra opción de chat con otros amigos-as amantes de nuestro mundo de burbujas es a través de los **foros de SENSACIONES**, aunque para ello hay que estar registrado en el foro, sino no aparece la opción de CHAT.

La ventana de **CHAT** aparece en la parte superior del foro una vez registrados y se puede utilizar bien con ese aspecto o bien a pantalla completa, incluyendo opciones de emoticonos y más.

Es otra forma rápida y práctica de estar conectados entre todos.

Recordar que para poder disfrutar de este sistema de **CHAT**, hay que estar registrados en los foros y que el registro es **GRATUITO**.

Felices burbujas y que disfrutéis de estas novedades.



ÚLTIMA HORA



## del 16 al 24 de Mayo de 2009



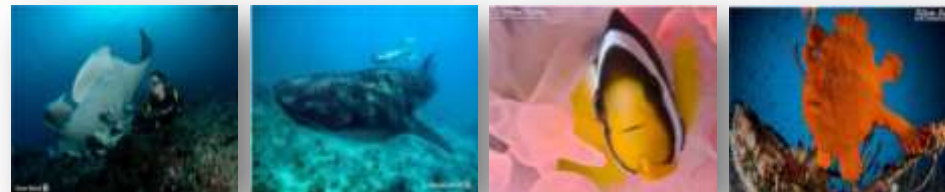
### CRUCERO "OCTOPUS DIVE SAFARI - ABANDO DIVE" – RUTA CLASICA

El equipo está dirigido por Marc y Marilen, instructores españoles, quienes serán nuestros guías durante todo el crucero. La ruta prevista para esta semana de crucero es la CLASICA buceando en los atolones de Male Norte, Male Sur, Ari y Rasdhoo. Tiburones, bailes de rayas águila, el vuelo majestuoso de las mantas, el gracioso Napoleón derivando en corrientes hacia el interior del atolón para ascender a superficie, e incluso la posibilidad de hacer snorkel con el tiburón ballena. Buceo en "thilas" (bajos de coral) entre multitud de peces de colores, morenas, atunes, meros y tiburones.



MALDIVIAN DREAM  
ABANDO MALDIVAS

**3 inmersiones al día** de lunes a viernes y 1 inmersión el sábado, con dos inmersiones nocturnas a la semana. Total: 18 inmersiones. **NITROX GRATIS**. Los fondeaderos para pasar la noche serán junto a islas desiertas, de pescadores o resorts, que visitareis con los guías si la logística lo permite.



**TODA LA INFORMACIÓN EN EL FORO DE  
SENSACIONES , SECCION VIAJES**

<http://www.SENSACIONES.org>



## El Kalais

**Acceso:** embarcación

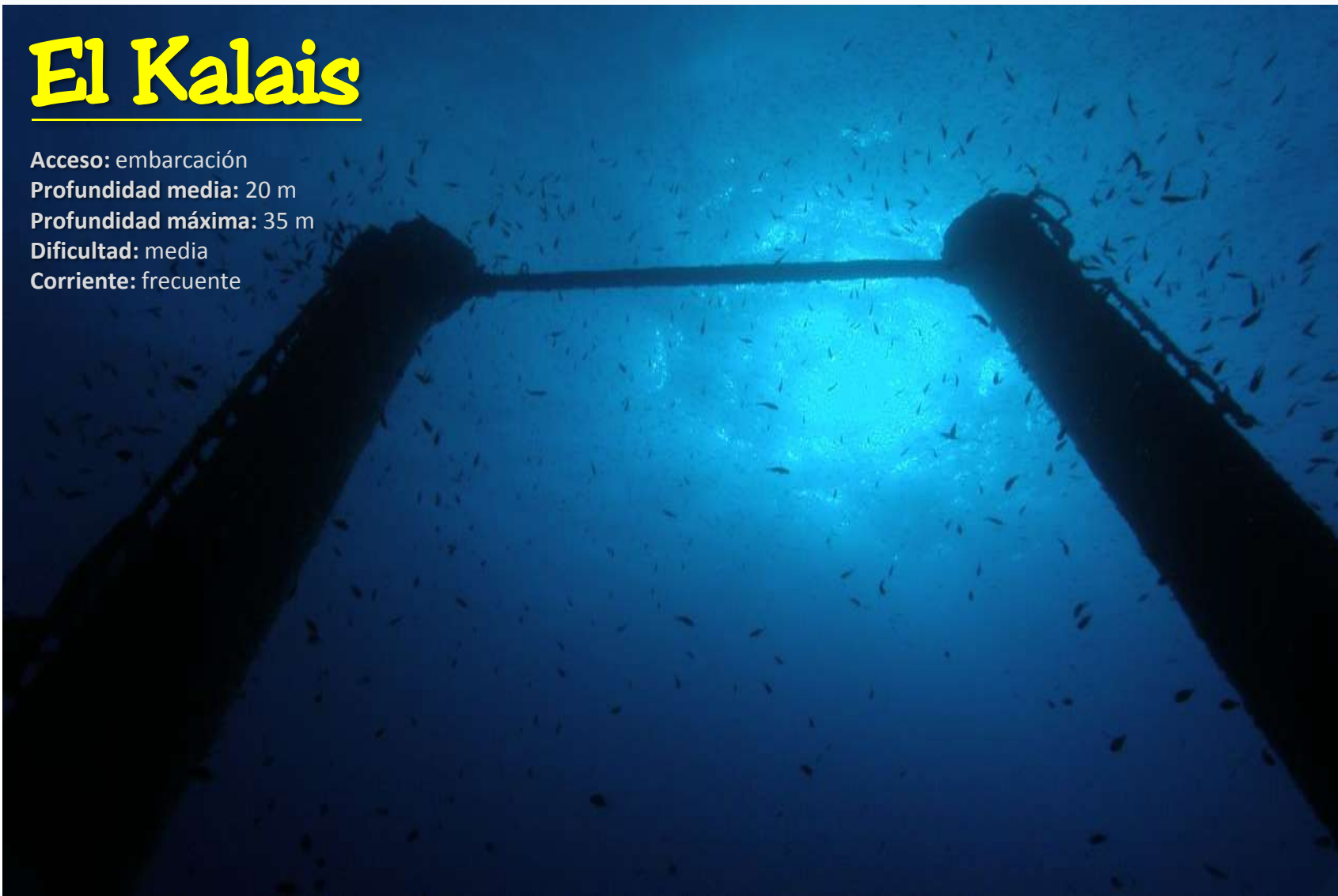
**Profundidad media:** 20 m

**Profundidad máxima:** 35 m

**Dificultad:** media

**Corriente:** frecuente

PECIOS





## PECIOS



Hace ya más de dos décadas que el gigante Kalais, un carguero de bandera griega, descansa en el fondo oceánico a las afueras del Puerto de La Luz y de Las Palmas.

En 1978, tras abrirse una vía de agua en su casco, que afectó a los sacos de cemento que llevaba como carga en la bodega de proa, se hundió. Es el pecio más grande de las Islas Canarias, con una eslora de 110 m y 24 m de manga.

Sorprende su posición, ya que permanece posado sobre su quilla en un fondo arenoso a 33m de profundidad, como si aún hoy quisiera arrancar sus motores y echarse a navegar como aún lo hacía en 1978.

Su cubierta, situada a unos 22 m de profundidad, presenta casi intactos varios de los pasillos y accesos al interior del pecio, desde los cuales podremos observar una de las bodegas donde transportaba su pesada carga. Esta es, sin duda, una inmersión difícil de olvidar.

Fotos:

**Sol González / DORIS**

Ilustración:

**Oceanográfica - "Descubre Gran Canaria bajo el mar"**

ISBN: 978-84-611-7880-3



# PECIOS





PECIOS





OFF-TOPIC

*Nemrod* la marca mundialmente conocida de todos los aficionados a los deportes submarinos, se complace en presentar su  
**GALERIA DE CAMPEONES**



*A "Nemrod"  
fabricantes del uso  
por material de uso  
marino, con el que in-  
mente alcanzando los 100mts.  
de profundidad*  
*E. Admetlla*

No es particularmente grato presentarles hoy a un gran personaje que honra con su sola presencia nuestra Galería de Campeones. Se trata nada menos que de EDUARDO ADMETLLA, sobradamente conocido y famoso, no sólo en los círculos submarinistas de España, sino también del mundo entero.

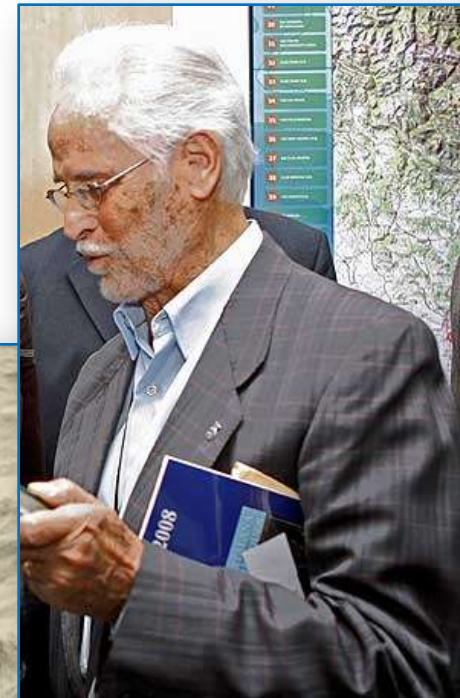
Se nos hace difícil resumir en la brevedad de estas líneas la destacada personalidad deportiva del hombre que estuvo durante mucho tiempo al "cuerpo" del mundo de inmersiones con sucesivas acciones, por su descenso hasta 100 metros de profundidad en aguas de Cartagena.

Está más sólo añadir que él fue el gran impulsor, el promotor, el hombre que con su lanata obsión, su fe y su inquebrantable constancia, abrió para los aficionados españoles nuevos caminos en el descubrimiento y exploración de los fondos submarinos de nuestros costas. Todos los que practicamos el escaudismo en España, sean ya veteranos o perteneciamos a las jóvenes promociones, debemos, aun sin conocerlo, sentir que una vida que nos ha sido regalo el ser de la llamada de los profundidades.

Desde estas líneas dedicamos, al estimable amigo Eduardo, un sincero saludo pleno de admiración y afecto.

## EDUARDO ADMETLLA

Una vida dedicada al mar





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Ithaa, el exclusivísimo restaurante submarino

Se encuentra a cinco metros bajo el agua, en el Océano Indico. Protegido por una pared transparente, se encuentra rodeado por un arrecife de coral.

El restaurante Ithaa se encuentra en el Resort & Spa que la cadena hotelera de lujo Hilton tiene en las paradisíacas islas Maldivas , concretamente en la isla Rangali. El Hotel, por cierto, fue considerado como el mejor hotel del Océano Indico en el 2004.

El Ithaa se encuentra cinco metros bajo el agua y se accede a él a través de una pasarela de un restaurante próximo. El salón ofrece un espacio único para los afortunados catorce comensales que pueden disfrutar de una experiencia que no olvidarán. Una estructura compuesta por varios arcos de cinco metros y unidos por una silicona especial proporcionan un ambiente único gracias a la vista panorámica de 270 grados del fondo del mar.

Pero aparte de tener unas vistas espectaculares la cocina resulta sabrosísima, de tipo contemporánea con ingredientes locales de la zona mezclados con la cocina tradicional de occidente .

Sin duda alguna se trata de uno de los restaurantes más originales que existen en la actualidad. Un autentico placer solo al alcance de unos pocos afortunados.





# CONTROLANDO LA FLOTABILIDAD

Por: Tito Rodriguez

El control de la adecuada flotabilidad suele ser un tema preocupante en los buzos recién iniciados que no logran ponerse de acuerdo con la cantidad de plomo a usar.

Algunos instructores contribuyen a esta confusión haciendo que, los buzos que hacen sus primeras inmersiones bajen ligeramente sobre lastrados. Esto, lógicamente, hace más fácil su trabajo y le ahorra tiempo, evita que el novato se flote cuando exista poca profundidad y le permite tener un mejor control sobre el.

Pero sería muy importante que los instructores aprendamos que debemos perder cinco minutos en las primeras inmersiones enseñando a los futuros buzos a obtener la tan preciada flotabilidad positiva ya que esto será muy importante en futuras inmersiones y evitará accidentes a futuro.

Es considerable la cantidad de accidentes de buceo que están ligados o fueron agravados por el exceso de plomo en el buzo accidentado. Es por eso que este tema es fundamental y deberá ser aprendido desde un principio para evitar caer en situaciones embarazosas a futuro.





## Variables de peso

Hay cuatro factores fundamentales que inciden directamente sobre nuestra flotabilidad el primero de estos factores es que no todos los seres humanos tenemos la misma flotabilidad.

Si recordamos el principio de Arquímedes recordaremos que los cuerpos menos densos tienden a flotar mientras que los más densos tienden a hundirse. Por ejemplo, el tejido graso es menos denso que el agua y, por lo tanto, tiende a flotar.

El tejido muscular es más denso y tiende a hundirse. Los seres humanos tenemos cantidades y distribuciones diferentes de estos tejidos.

Así un ser humano de raza blanca puede permanecer flotando inmóvil si tiene sus pulmones llenos de aire, mientras que uno de raza negra no puede flotar en las mismas condiciones por poseer mayor cantidad de tejido muscular y por lógica presentar una flotabilidad negativa. Eso explica porqué no hay campeones de natación de raza negra.

Una mujer tenderá a flotar más que un hombre por tener mayor cantidad de tejido graso (mejor distribuido por cierto). Un hombre gordo flotará más que uno extremadamente flaco, etc.





## FORMACIÓN

La segunda variable corresponde al traje de neopreno. El neopreno es, en definitiva, un tipo de goma que posee en su interior celdillas de aire. Estas celdillas son las que le dan al traje una gran flotabilidad positiva. Al sumergirnos y, por efecto de la ley de Boyle y Mariotte las celdillas se aplastarán alcanzando la mitad del volumen a los diez metros de profundidad. El traje que, en superficie, tenía una flotabilidad determinada tendrá la mitad de esta flotabilidad a diez metros de profundidad y ésta se irá reduciendo cuando bajemos más profundo. Por eso un traje de mayor espesor tendrá más celdillas y flotará más. Es notable como buzos residentes en países de aguas frías se acostumbran a usar mucho plomo y al trasladarse a zonas de aguas calientes y reducir la cantidad o el espesor del neopreno no reducen proporcionalmente el lastre. Un traje nuevo tiene una mayor flotabilidad que un traje con mucho uso.

El tanque es la tercer variable. Al estar cargado de aire y considerando que el aire pesa, a medida que lo vamos gastando va perdiendo peso y el buzo con él. Un tanque que se está vaciando pesa aproximadamente 400 gramos menos que cuando estaba lleno.

La cuarta y última variable corresponde al tipo de agua en la que hacemos la inmersión. El agua salada es más densa que el agua dulce y por lo tanto en ella usaremos mayor cantidad de plomo. El agua dulce de un río de montaña es menos densa que el agua del mismo río después de haber pasado por la llanura donde gana sedimentos y aumenta su densidad. Debemos corregir el lastre de acuerdo al tipo de agua en la que hagamos inmersión.





## Los problemas del sobre lastre

Al finalizar el buceo y volver a la superficie un buzo que tenga flotabilidad neutra adecuada podrá inflar completamente su chaleco compensador y notará que, manteniéndose vertical, la superficie del agua le llega a la mitad del pecho. Eso le permitirá nadar hacia el barco cómodamente, preferentemente de espaldas, incluso si el mar se encontrara en mal estado. En tanto que un buzo sobre lastrado, al inflar su chaleco en superficie notará que, manteniéndose vertical, el agua le llega a la barbilla. Ante la presencia de pequeñas olas tendrá que usar el regulador ya que el agua le estará golpeando la cara.

Muchos de los accidentes de buceo están relacionados o al menos agravados por el pánico provocado por el sobre lastre del buzo.

Por otro lado si observamos a un buzo sobre lastrado navegando por el fondo notaremos que, para lograr la flotabilidad neutra tuvo que inyectar una cantidad considerable de aire en el chaleco compensador.

Este aire, situado a la altura del tórax tiende a elevar los hombros. En tanto el cinturón de plomo, que se carga en la cintura tiende a bajar esta. El resultado de estas dos fuerzas opuestas es que se logra una curvatura de la espalda que, al final del día, hace que el buzo se sienta cansado y dolorido. Muchos buzos recién iniciados o con poca experiencia tardan un tiempo considerable en compensar el oído. Si estuvieran sobre lastrados estarían iniciando el descenso con solo vaciar de aire el chaleco esta caída se vería acelerada después de los tres metros de profundidad ya que las celdillas de aire del traje se comprimirían un 30%. Al momento de sentir dolor en el oído debería inflar un poco el chaleco compensador, pero por su corta experiencia le lleva unos segundos localizar la manguera, deprimir el botón del power y detener la caída.

Normalmente cuando lo logran ya están a seis o siete metros de profundidad sin haber logrado compensar la membrana timpánica que, en muchos casos, se verá lesionada.

Por último un buzo sobre lastrado se encontrará pegado al fondo y expuesto a lastimaduras causadas por erizos, corales y otros elementos. Para evitar esto deberá colocar una cantidad importante de aire dentro del chaleco compensador. Pero al seguir el relieve del fondo y disminuir por algún motivo la profundidad, este aire de exceso en el chaleco se expandirá provocando una rápida e indeseada subida a la superficie.



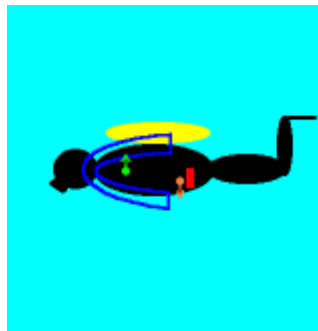
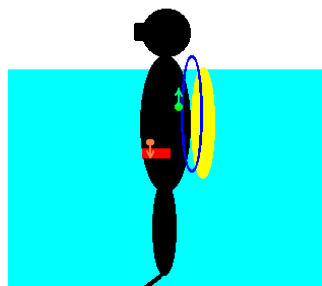
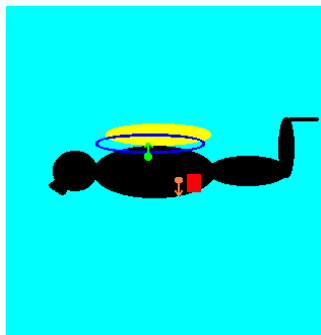
## Cómo obtener la flotabilidad ideal

Teniendo en cuenta todos los parámetros anteriores llegaremos a la conclusión de que es imprescindible hacer una pequeña prueba de flotabilidad previa a cada inmersión, esta prueba es sencilla y rápida y garantiza el buen equilibrio hidrostático durante todo el buceo. Resultando en una inmersión más cómoda y más segura para el buceador.

En primera instancia, al equiparse haga un cálculo estimativo de lastre a usar, si está usando neopreno completo un buen cálculo es un 10% de su peso en plomo. Agréguele uno o dos kilos si el neopreno es nuevo o muy grueso. Infle completamente el chaleco compensador y salte al agua. Una vez flotando tome aire profundamente con el regulador, reténgalo y desinfle el chaleco. Si la superficie del agua queda a la altura del visor usted está perfectamente equilibrado. Si se hunde deberá ir sacando plomos hasta que el agua quede a la altura del visor. Si la superficie del agua queda más abajo del visor usted tendrá que agregar plomo para hundirse un poco más.

Es importante realizar esta prueba al lado del barco o en un lugar tranquilo cerca de la costa ya que resulta tedioso, una vez alejado tener que volver nadando a dejar o conseguir plomo. De esta forma usted ya está listo para salir a bucear, si en los siguientes días permanece en la misma zona y no varía la cantidad de neopreno no deberá probar nuevamente, simplemente use la misma cantidad de plomo en todas sus inmersiones.





Un vez hecha la prueba de flotabilidad y estando equilibrado y listo para descender todo lo que tiene que hacer es desinflar el chaleco y soplar el aire de los pulmones lentamente hasta vaciarlos por completo. Al perder el aire pulmonar comenzará a caer lentamente hacia el fondo.

A tres metros de profundidad (a los que llegará en unos 15 segundos) podrá respirar normalmente ya que el traje se comprimió y, aunque llenara su pulmón totalmente no regresaría a la superficie. Pero si tuviera algún problema en el descenso, como dificultades para compensar el tímpano, simplemente tome una gran cantidad de aire del regulador y reténgalo eso hará que el descenso se detenga.

A algunos buzos le cuesta exhalar totalmente el aire del pulmón para lograr sumergirse, sin embargo es una maniobra que se aprende rápidamente cuando se practica un poco. Una vez llegado al fondo y con el traje comprimido usted experimentará una ligera flotabilidad negativa que podrá compensar insuflando un poco de aire en el chaleco compensador, pero este será tan poco que no traerá aparejados dolores de espalda ni riesgo de flotaciones indeseadas.

Cuando el tanque comience a vaciarse y pierda peso, simplemente tendrá que soltar la pequeña cantidad de aire del chaleco para estar, nuevamente, compensado.



## Dos depósitos de aire

Al momento de plantearse su equilibrio hidrostático en el fondo usted tiene que tener en cuenta que, en realidad, tiene dos depósitos de aire. Uno de reacción rápida y otro de reacción lenta. Si analizamos el principio de acción y reacción notaremos que la reacción es más lenta cuantos más pasos se necesiten para lograrla. Por ejemplo: Usted viene buceando en un fondo desperejo, con grandes piedras, de pronto, sin darse cuenta perdió profundidad el aire del chaleco se expandió y lo lleva hacia la superficie.

La primera reacción será sacar el aire del chaleco compensador. Para eso deberá primero ponerse en posición vertical, segundo encontrar la manguera del chaleco, tercero levantarla sobre su cabeza, cuarto deprimir el botón del desinflado.

Indudablemente cuando uno termina de hacer todo esto ya recorrió los tres metros que lo separaban de la superficie y se encuentra flotando. ¿a quién no le pasó alguna vez? Si usted tiene en cuenta que sus pulmones son un depósito de aire mucho mayor que el chaleco compensador y su reacción es mucho más rápida se dará cuenta que solo tiene que soplar rápidamente el aire para permanecer en el fondo, esto le dará el tiempo suficiente para desinflar el chaleco y volver a respirar normalmente. Lógicamente esta maniobra no podrá ser realizada si usted está sobre lastrado ya que el aire que se expandirá en el chaleco será mucho más y, por lógica consecuencia, el ascenso tan rápido que no le dará tiempo a nada.

El dominio de la flotabilidad es completo cuando el buzo aprende el dominio total del aire en sus pulmones, se sentirá mucho más cómodo, más seguro y es, sin duda, mucho más divertido.

**Tito Rodriguez:** Nació en Buenos Aires, Argentina, un 24 de septiembre de 1958 aunque él insistía en asegurar que su cumpleaños era cada 16 de Septiembre, cuando cumplía un año más con el buceo: su pasión, su vida. Quienes tuvimos la fortuna de acompañarlo en cualquier fondo marino sabemos que era así, como él decía.

Vivió, a partir de ese día, apasionado, enamorado y perdidamente atrapado por el mar. Tal era su obsesión que nos revelaba cada semana algún secreto del mar; secretos que él conocía bien: "No se puede defender lo que no se ama y no se puede amar lo que no se conoce" verdad? Él fue testigo silencioso bajo el agua de casi todos sus secretos revelados, él estuvo ahí, él conocía el mar y por eso podía amarlo y defenderlo como lo hizo siempre.

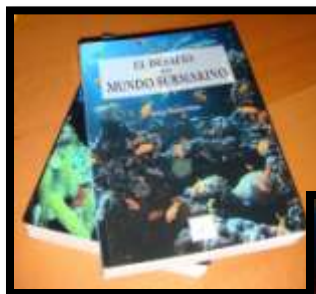
Como lo sigue haciendo desde donde está ahora, porque desgraciadamente desde el 6 de Abril de 2007, dejó de estar entre nosotros . Murió en el mar que tanto amó, bajo un cielo estrellado, con sus aletas y su visor. Saltó al agua simplemente a nadar y la energía de su corazón se agotó. Fue en su mar, en el mejor lugar, en el que él hubiera elegido.





## EL DESAFIO DEL MUNDO SUBMARINO

Nuevo libro del escritor Javier Sintés Peláez



### 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

### 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 Sintés Peláez

**Tamaño:** 23 x 16 cms.

**Formato:** 2 tomos retractilados

**Encuadernación** cosida

**Peso total :** 2. 3 kilos

**Páginas:** 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



Precio de venta recomendado: **56€**

De venta en tiendas especializadas, C.Inglés, Fnac, Casco Antiguo, Alpha subacuatics, etc.



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## El Hierro aparecerá en la serie de televisión 'Mares y océanos'

La productora BlueScreen graba estos días en El Hierro un capítulo de la serie 'Mares y océanos' que comenzará a emitirse a partir del tercer trimestre de 2009 en televisiones de todo el mundo.

Con El Hierro, la productora acaba con el rodaje de esta serie que mostrará los trece mejores destinos del planeta para bucear y que incluye a esta isla canaria, Reserva Mundial de la Biosfera, único destino español que se mostrará en esta serie.

Otros lugares donde se ha rodado son Indonesia, Filipinas, Bahamas, Maldivas, Egipto, Seychelles, Méjico, Mar Rojo, Mozambique y Venezuela, entre otros.

La serie 'Mares y océanos' consta de 13 capítulos de 26 minutos y trata sobre los mares y océanos del mundo. Refleja fundamentalmente los fondos pero incluye una parte terrestre donde se habla de la localización, las características y peculiaridades del país o lugar donde se realiza.

La serie documental no sólo se ha vendido en España sino a televisiones de países europeos, africanos, árabes, además de estar en negociación con canales internacionales como Discovery Chanel.

Sobre el rodaje en El Hierro la productora afirma que reúne una serie de condiciones que la convierten en el mejor destino de buceo de toda Europa. "Su situación, su morfología costera prácticamente de plataforma continental (por lo que se alcanzan profundidades de varios cientos de metros a menos de una milla de su costa) y la ausencia de grandes poblaciones humanas y de ríos que aporten sedimentos, nos permiten disfrutar en sus aguas de una fauna donde se unen especies macaronésicas, mediterráneas y tropicales, siendo frecuente el avistamiento de mantas, tiburones, tortugas, peces trompeta, cofre y globo, entre otros, y con visibilidades superiores a los 40 metros, sin duda de las mejores del mundo".





# Reacciones individuales a la narcosis

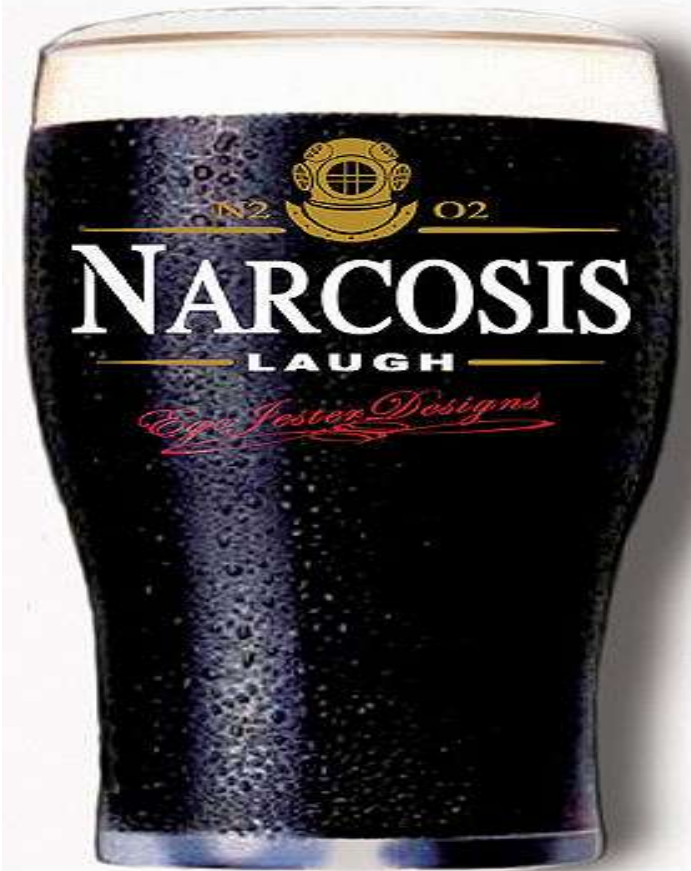
Por: Antonio Bermejo Morales

Es conocido dentro del ámbito del submarinismo, el efecto narcótico del nitrógeno en el buzo, considerado además un efecto potencialmente perjudicial ,por las reacciones que puede desencadenar, o por las dificultades que puede crear en la resolución de potenciales problemas en inmersión.

Sin embargo hay algunos factores que no están conveniente analizados; de entrada se da un valor estático al efecto narcótico a partir de 30 metros y considerando dicho valor como parte esencial, sin considerar con la profundidad que requiere, la interacción de otros elementos.

Se considera que la narcosis se inicia a partir de 30 metros , y no siempre se valoran, las importantes diferencias individuales que se producen, tanto en un mismo buzo en diferentes situaciones , como en personas distintas, y no me refiero solo al efecto de tolerancia al nitrógeno descrito en el submarinista frecuente.

Es obvio que si hablamos de la presión parcial de un gas la profundidad sea decisiva, pero a mi entender la explicación de determinadas reacciones y especialmente riesgos, no pueden entenderse sin considerar la intersección de otros factores.





Aunque la teoría más aceptada es que el nitrógeno interfiere en la sinapsis neuronal, provocando determinados efectos como la disminución de la capacidad perceptiva, atencional y de razonamiento, el enlentecimiento de la reacción a estímulos, y otras cuestiones que implicarían, la suposición de que el nitrógeno, al igual que el alcohol, actúan como un depresor del sistema nervioso central (SNC), y de ahí la conceptualización de la narcosis como "Borrachera de las profundidades", algunas reacciones en contextos narcóticos, no quedan completamente explicadas, por esta cuestión.

Dicho esto, he podido observar algunas circunstancias, que merecen ser analizadas. De entrada considero el impacto del nitrógeno en el organismo, llámese o provoque narcosis o no, como un proceso dinámico, que se incrementa o decrece dependientemente de múltiples factores, y no solo la profundidad, sino también la situación ambiental, la sensibilidad individual, e incluso los cambios que se producen dentro de una misma inmersión. En este sentido, cabría hablar más que de narcosis de "contexto potencialmente narcótico" incorporando otras variables además de la profundidad, y no dando por supuesto que dicho valor es relevante únicamente a partir de 30 metros pudiendo ocurrir que el impacto consecuente del nitrógeno en el SNC se produzca en unas ocasiones antes de dicha profundidad, o después según determinadas circunstancias.

Otro punto, para mí muy importante, es el hecho de que los comportamientos potencialmente de riesgo que se producen ante un "contexto potencialmente narcótico" no siempre son compatibles con un efecto exclusivamente depresor del SNC, con lo cual probablemente deben estar implicados otros mecanismos neurofisiológicos.

En cualquier caso, cuando se desarrolla un comportamiento en un contexto narcótico, generalmente dicho comportamiento viene influido en parte por el estado emocional y personalidad previa del buzo, que es favorecido por el efecto narcótico, y considero, no puede ser definido exclusivamente por la base fisiológica de dicho efecto.



Por lo tanto cabe considerar , que si bien si existen puntos en común , en lo referente a algunas alteraciones en las funciones del yo, y en las reacciones conductuales , en otra parte , que puede ser muy importante, dichas alteraciones y reacciones difieren de unas personas a otras.

Es cierto que la narcosis puede provocar determinados comportamientos comunes , pero dichos comportamientos también vienen determinados por el estado emocional y la personalidad previa del buzo.

Cabe decir que en algunas ocasiones el buzo puede tolerar en condiciones de inmersión normales , un contexto narcótico , es decir no siempre produce efectos necesariamente nocivos, incluso aunque deban resolverse situaciones de riesgo potencial o realizar tareas que requieran la atención del submarinista

## Reacciones potencialmente indeseables más habituales

### Sentimiento de relajación física y mental

Puede llevar acompañado cierto relajo de la capacidad perceptiva y de raciocinio. Es quizás el efecto más conocido; en este caso el efecto narcótico produce efectos relativamente placenteros, circunstancia que puede conllevar que de una forma más o menos consciente o no controlada algunos buzos busquen activamente está sensación. Es frecuente en personas que comentan disfrutar de la profundidad en si misma y que en muchas ocasiones , niegan el efecto narcótico. Dicha negación puede formar parte de la necesidad de proteger la relación con un estado potencialmente placentero.





Gas	Relative narcotic potency
Ne	0.3
H <sub>2</sub>	0.6
N <sub>2</sub>	1
O <sub>2</sub>	1.7
Ar	2.3
Kr	2.5
CO <sub>2</sub>	20
Xe	25.6

### Reacciones fóbicas

En algunas ocasiones pueden desencadenarse reacciones fóbicas, a la oscuridad, espacios confinados, "Claustrofobia por Techo virtual", presencia de animales, o cualquier otro temor fóbico embrionario en la personalidad del buzo.

### Reacciones de ansiedad

En una reacción fóbica siempre hay un componente de ansiedad ante determinada situación u objeto , la diferencia en este caso, es que la ansiedad es generalizada ,y no se vincula a ninguna circunstancia concreta .

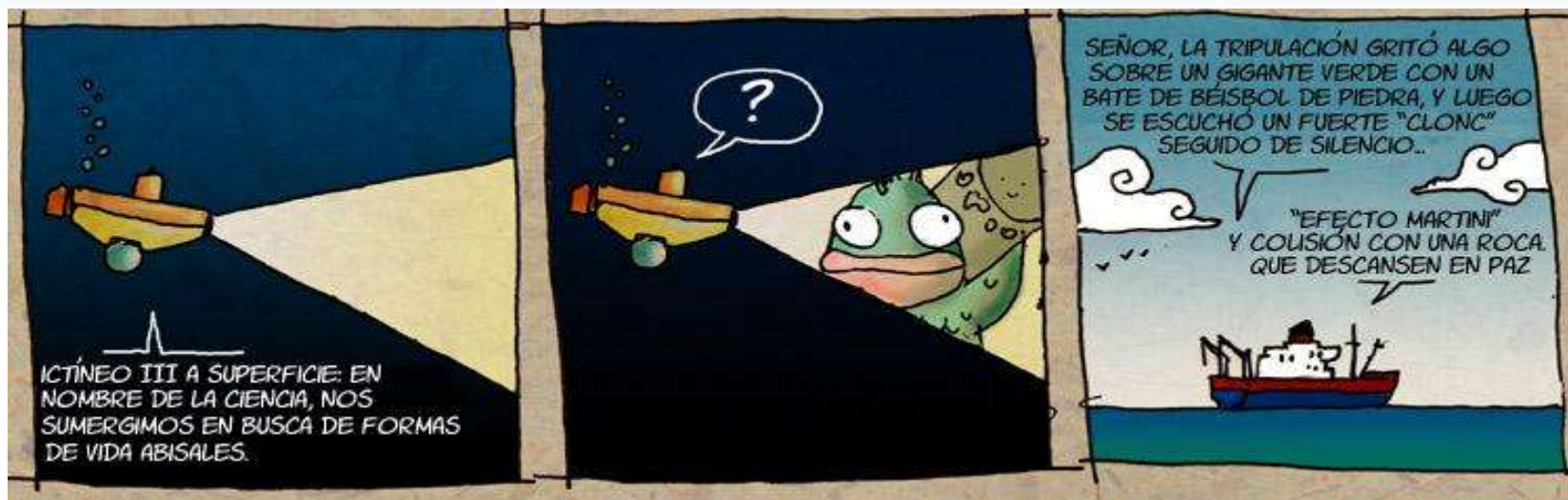
La potencial reacción es más dañina si cabe , ya que la tendencia de la persona es a efectuar una huida descontrolada, hacia superficie, mientras que en la reacción fóbica, si el buzo consigue "alejarse" del objeto que le provoca ansiedad esta puede disminuir

### Reacciones depresivas

He podido observar algún tipo de reacción depresiva, aunque estas sean menos frecuentes. En concreto , fantasías de 2 tipos. Una en forma de temor acompañado de ansiedad de hundirse en la nada , cuando no existe visión del fondo, o bien el temor a la aparición de una "bestia" de las profundidades ; y otra más fácil de observar en forma de preocupación hacia seres queridos especialmente los hijos con un intenso deseo de llanto.

### Reacciones ilusorias

Aunque no he podido observar directamente ninguna , y considero pertenecen en parte al "mito" de la narcosis, se han descrito buzos que han tenido ilusiones especialmente auditivas o visuales.



*"EFECTO MARTINI" – Sobrenombre divertido y desenfadado de la Narcosis por nitrógeno*

Todas las reacciones antes descritas , tienen que ver a mi entender con la personalidad previa del buzo y/o su estado emocional en ese momento. El impacto del nitrógeno en el SNC solo pone el contexto fisiológico adecuado para su expresión.

### Saludos

Si quieres opinar sobre este tema, o hacerle alguna consulta a su creador puedes hacerlo en el FORO de SENSACIONES pulsando el siguiente enlace:

<http://www.sensaciones.org/forsensa/showthread.php?t=6371>



Antonio Bermejo Morales



## 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.



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Australia: aumenta venta de aparato espanta tiburones

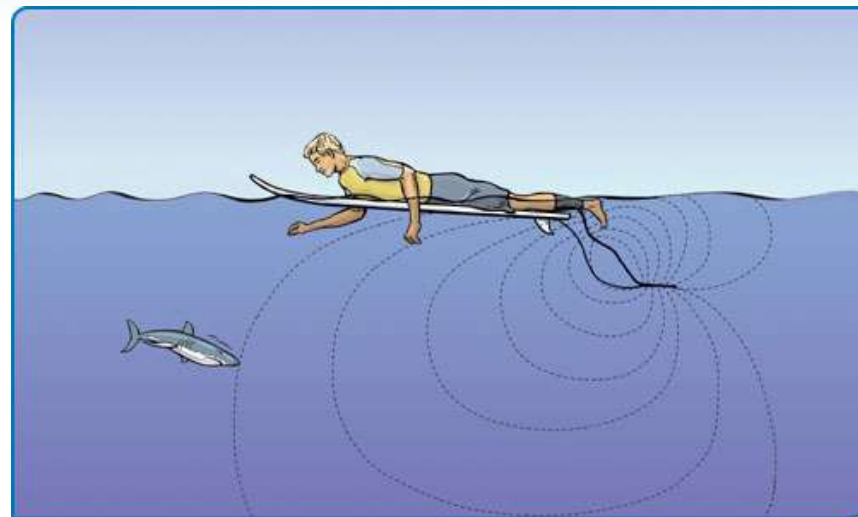
Un pequeño aparato preparado en Australia para espantar a los tiburones con impulsos eléctricos, registró una alza en las ventas después de tres ataques de esos animales en Sydney.

La SeaChange Technology de Adelaide, que produce el Shark Shield (Escudo contra tiburones), dijo que los pedidos se triplicaron en los últimos dos meses y las ventas aumentaron el 50 por ciento.

El aparato, que cuesta entre 300 y 350 euros según el modelo, pesa 80 gramos y entra en la palma de la mano, emite impulsos eléctricos que son dolorosos para los tiburones en un radio de 7-8 metros.

"Los animales sufren sólo cuando están en la zona de la onda eléctrica, pero cuando no lo están no sufre daño alguno", aseguraron los creadores del aparato.

El escudo anti-tiburón es de uso obligatorio para los buzos de la policía y está acreditado por la OTAN para el uso de los buzos militares.

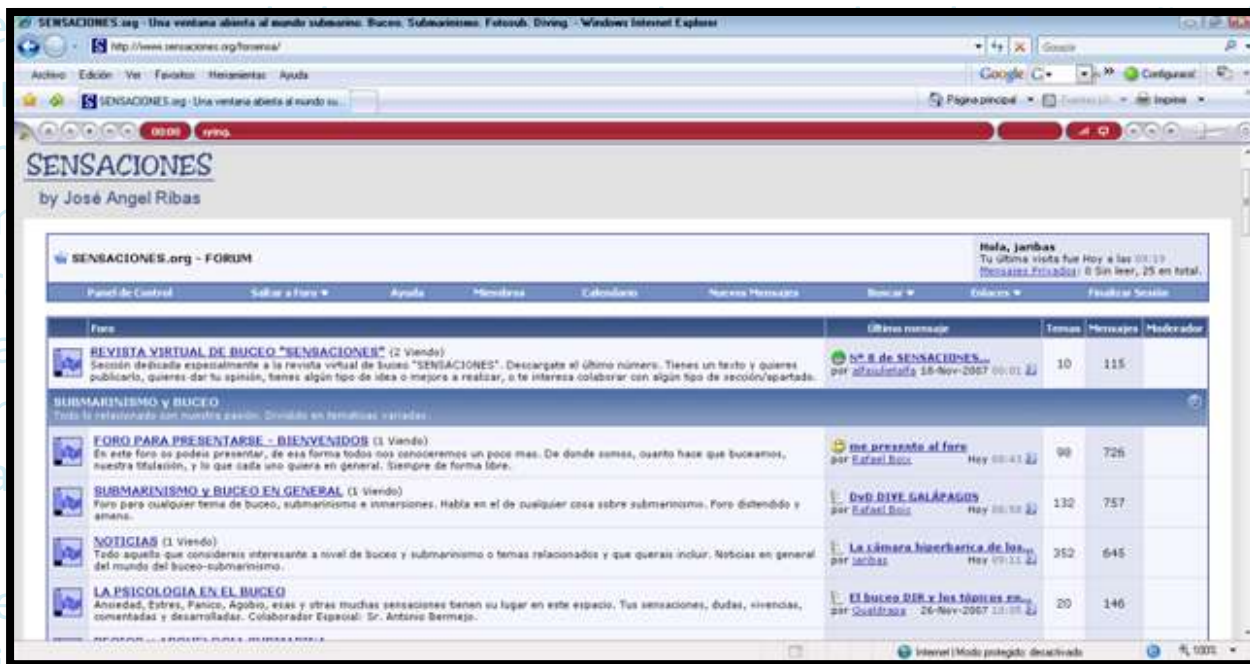




# FORO DE SENSACIONES

más de 4.300 amigos

más de 29.000 mensajes



GRACIAS A TODOS



# MIMA 09

Vuelve una nueva edición del prestigioso festival de la imagen submarina MEDAS IMAGEN MEDIO AMBIENTE – MIMA '09. La semana del 2 al 7 de junio L'Estartit y sus Islas Medas estarán de nuevo preparados para acoger este festival en una zona que cuenta con un precedente más de 20 años de Imagen Submarina.

El concurso estrella seguirá siendo el Open Fotosub Internacional que el año pasado contó con la profesionalidad de veinte equipos nacionales e internacionales. El primer premio fue para Cesar Bodi Brun y Federico Moreno, el segundo para Dani Espinach y Ignasi Ticó y el tercero para Rafael Pariente Segura y José Sánchez.

El periodo de las pre-inscripciones esta abierto. Contamos ya con doce equipos inscritos al Open Fotosub. Los formularios y reglamentos están a vuestra disposición en [www.mima-medes.org](http://www.mima-medes.org). Para el Concursos de fotografías ON-LINE enviad vuestra fotos a [online@mima-medes.org](mailto:online@mima-medes.org) y para el concurso Videosub vuestros videos a OFICINA DE TURISMO – Paseo Marítimo s/n – L'Estartit 17258



## Enfermedad descompresiva ó “Bends” – Tenga uno YA!!!

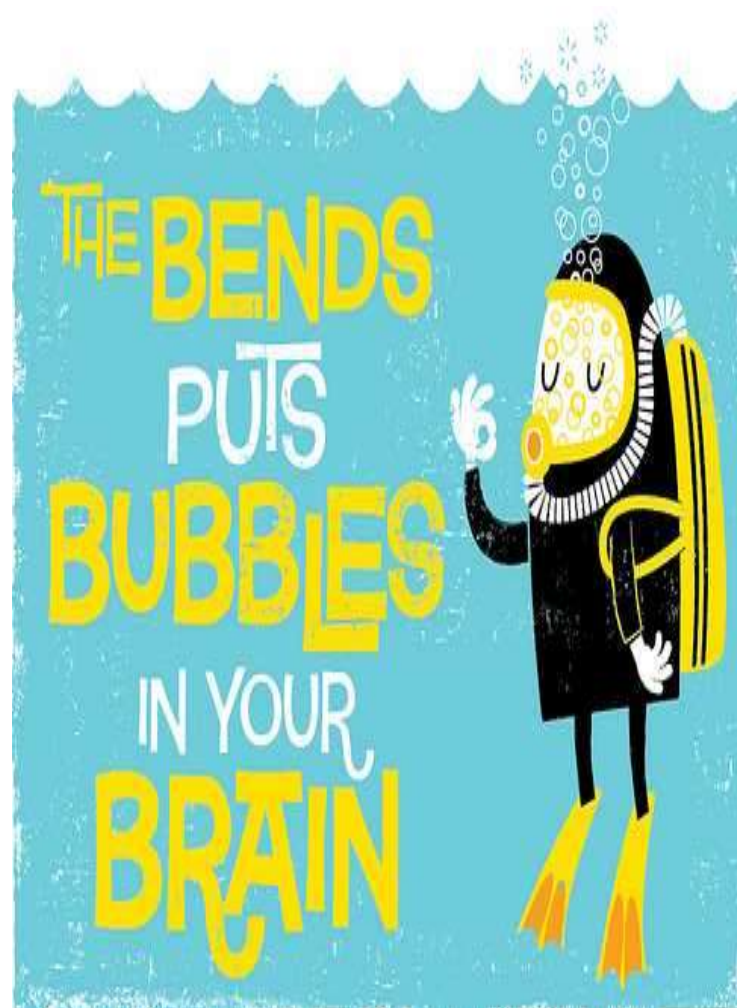
por Jon Hardy “pata Scuba Diving”

¿Quiere conseguir un “**Bends**”? No creo. Nadie en su sano juicio quiere encontrarse personalmente con el horrible rostro de la dolencia descompresiva (D.D.). Nadie quiere un espeluznante paseo boca arriba sobre la cubierta de un bote de rescate.

Nadie quiere estar encerrado en un cámara de descompresión por horas... Y nadie, pero nadie, quiere pasar personalmente por el trance de que si el seguro de buceo me cubrirá o no. Pero siendo cierto lo anterior.

¿Por qué las cámaras de descompresión tratan a cientos de buzos todos los años? Las computadoras de buceo realizan la mayor parte del cálculo de descompresión, haciendo las cosas más fácil que nunca, a fin de evitar la DD. Las computadoras extienden el tiempo de fondo y proveen información actualizada de nuestro estado de descompresión. Tienen inclusive indicadores de la velocidad de ascenso. Regresar a la superficie de manera segura, no debería ser complicado. ¡¡No debería serlo !! Todavía, algunos buzos, se comportan como para quedar como un sinuoso camino de montaña. Viendo los errores que cometen, parece que hacen lo mejor que pueden para conseguir una docena de “**Bends**”. Si quiere estar feliz y saludable para el próximo buceo, evite comportarse como se detalla en las líneas que siguen, por todos los medios.

Pero si realmente quiere pasar la mitad de sus próximas vacaciones dentro de una cámara de descompresión, siga los próximos doce pasos al pié de la letra.





### 1. Manténgase insalubre.

¿Realmente quiere tener “Bends”? Entonces debe estar gordo y ser sedentario. Realice el menor ejercicio posible. Aliméntese mal. Aumente de peso, póngase obeso. Consuma alcohol en exceso y combínelo con drogas ilegales, con medicamentos de venta recetada, y además, auto y sobre medíquese.

Dedíquese a fumar. Aumente el stress en el trabajo y en el hogar. Duerma poco. En las 24 horas previas a bucear, coma y beba bastante, deshidrátese y trate de descansar poco. Todos estos malos hábitos arman el escenario para que actúen la DD ó algún otro accidente de buceo. Por otra parte, consumir alcohol inmediatamente después de bucear puede enmascarar los síntomas de la DD, retrasando y complicando el tratamiento.

### 2. No siga las instrucciones.

¿Cuántos de nosotros olvidamos ó perdemos las instrucciones de nuestra computadora de buceo? Algunas computadoras son tan amigables con el usuario que es fácil olvidar la importancia de leer las instrucciones cuidadosamente y conocerla completamente... hasta que entramos en descompresión a causa de una violación o de alguna situación imprevista y no podemos hacer memoria o entender qué nos intenta decir la computadora.

No deje las instrucciones a mano, y tampoco haga menos con las guías de buceo. Los otros buzos serán capaces de ayudarlo con la computadora, a menos que no tengan una igual a la suya. Comentario final: No entender totalmente las indicaciones de la computadora es caldo de cultivo para la DD.





### 3. Use la computadora estúpidamente.

Esta regla abarca una multitud de pecados, tales como no chequear la computadora antes de sumergirse. Realizará su propio diagnóstico de falla de la computadora una vez iniciada la inmersión. Esto incluye también, no controlar su computadora frecuentemente y no prestar atención a lo que indica el display. Los buzos que hacen que sus computadoras se conviertan en un símbolo de status, tienen más chances de conseguir “Bends”..

### 4. Andar al límite.

Una de las mejores maneras de conseguir “Bends”. es bucear hasta que la computadora indique que el límite de descompresión para una profundidad equis es 0. Si bucea a mediana profundidad, dejando que el límite de no descompresión llegue a 0, por más aire que tenga en el tanque, estará Ud. utilizándose como conejito de Indias. Complemente lo anterior, ignorando las instrucciones de seguridad de la computadora de buceo, y habrá aumentado sus chances de sufrir la DD. Felicidades. Una cámara de descompresión lo está esperando.

### 5. Realice buceos repetitivos de perfil cuadrado.

Las computadoras de buceo están programadas para obtener mayor tiempo de fondo buceando a distintos niveles de profundidad. Un perfil de buceo cuadrado, donde Ud. desciende a una profundidad, y permanece en ella durante todo el buceo, no es muy riesgoso para un buceo simple. El límite de no-descompresión de una computadora para un buceo simple, es más conservador que las tablas de la U.S. NAVY. Cuanto más profundo realice un buceo de perfil cuadrado, mayor va a ser su esfuerzo físico. A medida que se aproxime al límite y haga buceos repetitivos cuadrados a 30 ó más metros, aumentará su desventaja frente a la DD, exponencialmente.



### 6. Supere el límite operativo de la computadora.

Los dispositivos electrónicos modernos, tienen rangos de operación específicos que definen lo que pueden hacer por nosotros y cuales son sus límites constructivos. Todo, desde una computadora personal hasta un horno de microondas funciona solo dentro sus límites de diseño. Lo mismo pasa con las computadoras de buceo. Exceder la profundidad, tiempo o límites de descompresión ponen a la computadora de buceo en un área peligrosa donde o bien funciona mal ó simplemente deja de hacerlo. La falta de aire, frío o el nitrógeno residual, son los factores que lo obligarán a ir a la superficie antes de que exceda el límite de la computadora de buceo. Además, la mayoría de las computadoras, harán destellos, intermitencia o harán sonar un beeper, diciéndole que esta fuera de los límites. Es difícil no prestar atención a estas advertencias, pero si lo hace, estará bien encaminado hacia la DD. Para empeorar la situación, si la computadora no considerara la parte del buceo realizado fuera de los límites, su riesgo aumentará, ya que funcionará deficientemente. Otra barrera que los diseñadores de computadoras pusieron en el camino de conseguir “**Bends**”, es la capacidad de la computadora para entrar en el modo OR (Fuera de rango), o modo de error, donde dejará de funcionar. Es notorio que algunos buzos buscadores de “**Bends**”, ignoren a la computadora y continúen buceando.

### 7. Ignore el indicador de velocidad de ascenso.

Una de las mejores características de las computadoras de buceo es el indicador de velocidad de ascenso, que es el velocímetro de ascenso. Este intentará que suba despacio, particularmente cuando esté cerca de la superficie. Haciendo buceos repetitivos a distintos niveles, ascender rápidamente en el último, aumentará dramáticamente las chances de sufrir una DD. Tan importante es un ascenso lento y seguro que podría tener un “**Bends**” simplemente violando una sola de las recomendaciones de seguridad clásicas del buceo.



### 8. Realice todos los ascensos directamente hacia la superficie.

Las paradas de seguridad de tres a diez minutos entre 3 y 9 metros, han demostrado que reducen substancialmente el riesgo de la DD. Asegúrese de pasar por alto este procedimiento de seguridad si realmente quiere ir a la cámara de descompresión.

### 9. Ignore las fallas de la computadora.

Una computadora de buceo es probable que falle en superficie, y los buzos que gustan coquetear con la DD, raramente la chequean antes de sumergirse. Así, cuando descubren la falla, no le dan importancia y continúan buceando. Bajo estas condiciones, no podrá saber el tiempo de fondo, profundidad límite, no habrá indicador de velocidad de ascenso, ni ningún otro indicador visual ó audible, porque la computadora está en modo de falla ó fallando directamente.

Realmente... ¿Quiere llegar al límite? Bien, cambie ó repare la computadora rápidamente y continúe buceando. Si lo hace, su primer buceo no estará incluido en el cálculo de la computadora, entonces puede realmente llegar al límite aunque no haya violado las indicaciones de la computadora; tendrá "Bends", y culpará a la computadora.

No se ría; esto ocurre.

### 10. Reduzca los intervalos en superficie al mínimo.

Cuando esté en superficie, puede re-hidratarse, entrar en calor, descansar, relajarse y eliminar el nitrógeno acumulado en el organismo. Su computadora, solamente calculará el tiempo necesario para la eliminación de nitrógeno. Acortando el intervalo en superficie al mínimo posible, la computadora indicará un tiempo equis, que no necesariamente será el adecuado para que su cuerpo se reponga, aumentando la ventaja para la DD.





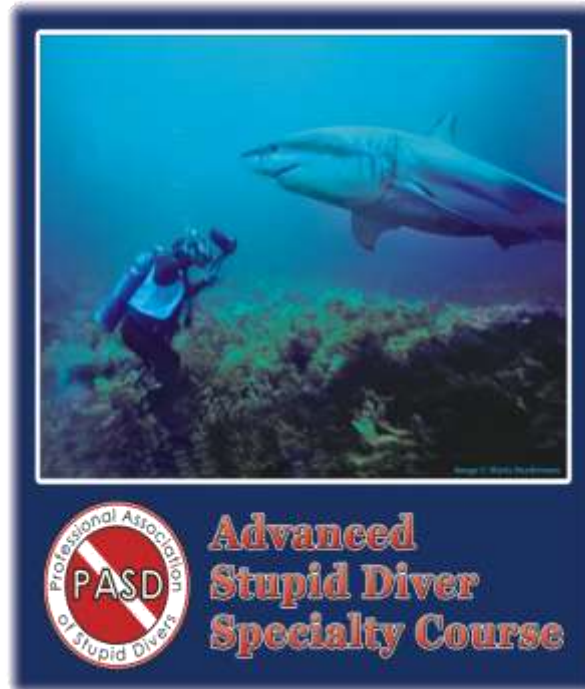
### 11. Violar las paradas de descompresión.

Seguramente, podrá hacerlo una ó dos veces, especialmente si está en excelente condición física ó si se siente afortunado. Violar las paradas de descompresión que indique la computadora es una de las formas más rápidas de convertir el primer tanto.

### 12. Engañe a la computadora.

Las computadoras son extremadamente fieles, precisas y sofisticadas. Por lo tanto, para poder padecer la DSC en estos días, deberá engañarla, haciéndole creer que hizo algo que en realidad nunca hizo. Actualmente, algunos buzos han aprendido que:

- Poniendo en "off" el interruptor de encendido - apagado, (en computadoras que lo tienen), entre un buceo y el siguiente, produce que la computadora pierda el registro del buceo previo.
- Retirando las baterías, (en caso de que sean reemplazables por el usuario), y volviéndolas a colocar, entre buceos, la computadora perderá los datos del buceo previo.
- Usando dos computadoras y alternando su uso entre buceos, cada una de ellas tendrá almacenado el 50% del registro.
- Usando un imán para puentear los contactos metálicos, (en el tipo de computadora que se activa al tocarla con los dedos), se borrará la memoria y eliminará los buceos anteriores que limitan el tiempo en el fondo.
- Quitándose la computadora en la parada de descompresión dejándola colgada de la barra de descompresión ó del tanque colgante hará que ésta permanezca descomprimiendo mientras que el buzo se dirija a la superficie. Si olvida hacer lo anterior, entonces cuelgue la computadora en una línea y déjela sobre la zona de descompresión; mientras tanto, tómese una cerveza y prepárese para una anticipada excursión hasta la cámara de descompresión.



Si sigues todos estos consejos al pie de la letra podrás lograr tu titulación y certificarte como "Stupid Diver".

*Todo este texto está redactado de forma irónica y por supuesto ha de leerse de esa forma, entendiendo que todo lo aquí mencionado es lo que **NO HAY QUE HACER** para evitar sufrir "Bends".*



# Dive Log Book

Hojas para tu Dive Log Book

## GRATIS

En diferentes formatos y con diferentes opciones, para los que buscas apuntar lo básico y para los que buscan apuntar todos los detalles de su inmersión.

<http://www.sensaciones.org/divelogbook.htm>

**Disponible en:**

Castellano

Inglés

Francés

Portugués



The image shows a comprehensive Dive Log Book form with multiple sections for data entry. At the top, there are fields for 'Fecha' (Date), 'Lugar' (Location), and 'Tipo' (Type). Below this, there are sections for 'Horario' (Time) with fields for 'Salida' (Start) and 'Regreso' (End), and 'Condiciones' (Conditions) including 'Temperatura' (Temperature) in both °C and °F. The form also includes a 'Muestreo' (Sampling) section with icons for different types of samples, a 'Equipos' (Equipment) section with checkboxes for various pieces of gear, and a 'Observaciones' (Observations) section with a large text area. At the bottom, there are fields for 'Dive #', 'Dive #', and 'Dive #'. The form is presented as if it were a page from a book, with a slight shadow and a perspective view.



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Francia busca salvar el tesoro natural de Isla del Coco en Costa Rica

Francia busca salvar la biodiversidad de una de las joyas naturales del mundo, la mítica isla del Coco, con un proyecto de cooperación que ejecuta en ese territorio de Costa Rica y que ha tenido beneficiosos efectos sobre el ambiente, dijeron funcionarios.

La embajada francesa hizo entrega simbólica este jueves de las llaves del barco "Cocos Patrol I", que servirá para controlar la pesca ilegal en los perímetros de la isla, ubicada en el Pacífico a unos 540 km de la costa costarricense.

La donación, por un monto de 325.000 dólares, es sólo un componente del proyecto, que ha sido dotado con cerca de 1,4 millones de dólares por el Fondo Francés para el Medio Ambiente Mundial (FFEM), dijo a la AFP el director del Parque Nacional Isla del Coco, Fernando Quirós.

El barco, de 16 metros de eslora, está dotado de radar, equipos de radiocomunicación, baliza de seguimiento satelital y servicios completos para diez tripulantes, agregó el funcionario.

Por su parte, el ministro del Ambiente, Jorge Rodríguez, explicó que el apoyo de Francia ha sido trascendente para contener las amenazas a la biodiversidad marina de la isla, especialmente las actividades pesqueras ilegales.





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

Otras facetas del proyecto son el apoyo a la investigación de los recursos marinos, el control de las especies exógenas introducidas a la isla, el mejoramiento del turismo y la capacitación del personal a cargo, una veintena de personas entre guardas, administradores e investigadores.

La Isla del Coco, más cercana a Colombia o Ecuador, pero incluida en el mar territorial de Costa Rica, fue descubierta en 1526 por el navegante español Juan Cabezas y durante los siglos XVI y XVII fue refugio para numerosos piratas y corsarios que asolaban las costas del continente.

Una leyenda a la que se dio excesiva credibilidad en el pasado hablaba de un tesoro de incalculable valor que el capitán William Thompson habría escondido en algún lugar de la isla en 1821.

Muchos esfuerzos se empeñaron en la búsqueda del improbable botín, mientras se prestaba escasa o ninguna atención al verdadero tesoro de este pequeño territorio insular, su extraordinaria variedad de especies, algunas de las cuales no existen en ninguna otra parte del mundo.

Sin tomar en cuenta la inmensa fauna marina, "hasta la fecha se han identificado alrededor de 235 especies animales en la isla, de las cuales más del 15% son endémicas, una característica excepcional", manifestó Quirós.

Por su parte, el encargado de negocios de la embajada francesa en San José, Damien Brintet, resaltó el gran valor económico de los arrecifes coralinos que circundan la isla, los cuales definió como el verdadero "incalculable tesoro".

"Para Francia es un gran orgullo participar en este proyecto (...) porque ambos países comparten objetivos en materia de medio ambiente, existe mucha semejanza en nuestras posiciones", afirmó Brintet.





# Foro !!GRATIS!! para tu centro de buceo

En **SENSACIONES**, seguimos 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: [info@sensaciones.org](mailto:info@sensaciones.org) y en 24h lo tendrás creado.

# !! ES GRATIS !!



## **BUCEO EN CUEVAS AL ESTILO “inglés”**

Por: B. Schofield, Dave Ryall

Mucha gente ha recibido últimamente cursos de “buceo en cavernas” o “buceo en cuevas” y han buceado en las cálidas y claras cuevas de lugares como México, Florida, Dordogne y Mallorca. Estas zonas aportan un buceo en cuevas fácil, interesante y placentero. Hay diferencias significativas entre esas zonas y el Reino Unido.

Hay algunas cosas que queremos exponer a cualquiera que piense bucear en cuevas en el Reino Unido. Cosas que creemos que deben saber...

Primeramente, sólo una pequeña proporción de las Islas Británicas está formada por caliza, en la cual se forman la mayoría de las cuevas. Por lo tanto, hay un número muy limitado de lugares para bucear en cuevas, y de ellos, sólo un puñado son razonablemente fáciles en su acceso físico, combinados con pasajes subacuáticos amplios y ocasionalmente “buena” (por ejemplo más de dos metros) visibilidad.

La mayoría de ellos exigirían que fueras un cuevero hecho y derecho, y necesitarías tener las suficientes cuerdas y escalas, así como saber usarlas de forma segura (incluyendo habilidades en Técnicas de Cuerda Simple). Como algunas de las cuevas pueden estar a más de cuatro kilómetros de la carretera, a decenas de metros de profundidad, con largos arrastros por el suelo y otros obstáculos, puedes necesitar reunir un equipo de cueveros para portear tu equipo hasta el punto de buceo.

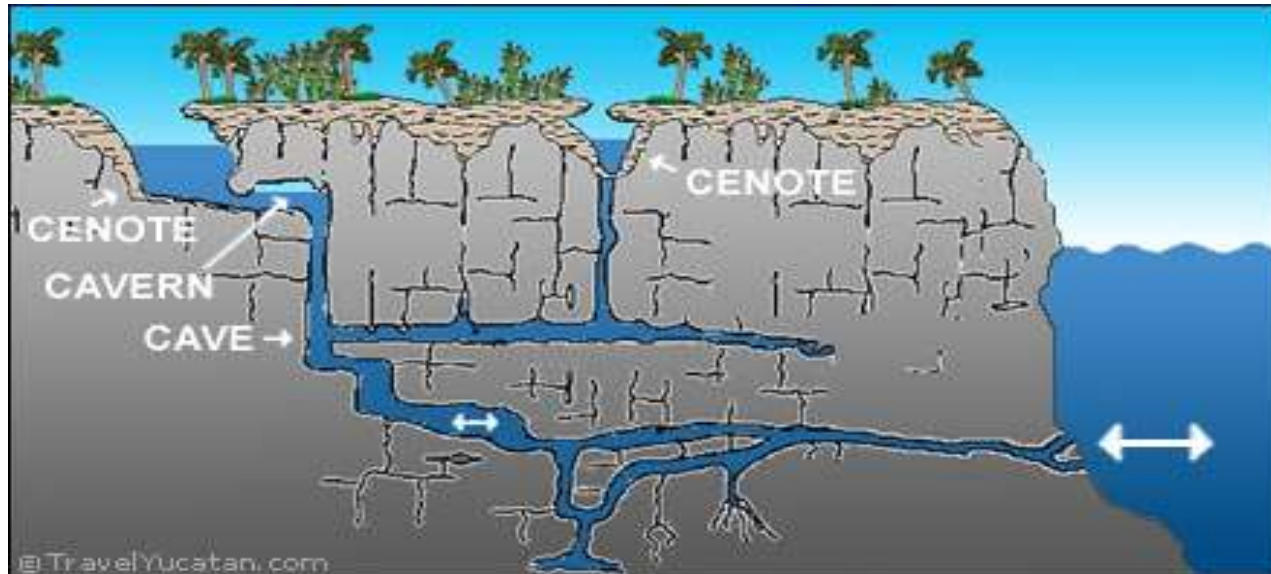
Y, por supuesto, ¡necesitas saber dónde está la entrada de la cueva!





Prácticamente todos los sitios de buceo en cuevas están en tierras privadas. Esto significa que los visitantes **deben** obtener el permiso del propietario antes de su visita. Algunos propietarios han instalado barreras físicas (por ejemplo puertas cerradas) para evitar el acceso, ¡y puede que muestren a los que pasen a sus tierras un primer plano del lado equivocado de un calibre 12! Alguna vez, puede que el propietario no se preocupe de si la gente visita la cueva (o incluso prefiere no saber de las visitas), pero a la mayoría de ellos, simplemente les gusta que se les pida permiso amablemente para visitar la cueva. Ignorar esta etiqueta puede conllevar que la cueva se cierre permanentemente (garantizándose la hostilidad de todos los buceadores de cuevas del Reino Unido).

Realmente, la única forma de averiguar los acuerdos de acceso actualizados, puede ser preguntar a los miembros locales en activo del CDG. Pueden tener también conocimiento y experiencia de los efectos del tiempo meteorológico en la cueva en cuestión y saber si la cueva estará inundada, tendrá buenas condiciones para bucear, qué tipo de visibilidad podemos esperar, cuál es el estado de los hilos guía, etc.





## BUCEO TÉCNICO



La mayoría del buceo en cuevas en el Reino Unido se lleva a cabo con el objetivo de explorar una nueva cavidad. También se realizan inmersiones con el propósito de probar o testar técnicas y equipo auxiliar. Ocasionalmente, cuando las condiciones lo permiten, unos pocos buceadores realizan inmersiones de turismo o placer. Las inmersiones recogidas en la revista del Cave Diving Group reflejan este patrón.

La mayoría de las exploraciones se llevan a cabo por un individuo o por un pequeño grupo de buceadores trabajando juntos en un proyecto específico, generalmente tras investigar la geología, hidrología, etc. y las anteriores inmersiones realizadas en el lugar (mediante el importante Sump Index, la revista del CDG y las publicaciones de los clubes de cuevas). Los buceadores publicarán seguidamente sus hallazgos en la revista del CDG o la enviarán a su editor para su “archivo secreto” (para ser publicada en una fecha más tardía o más apropiada) para compartir todo esto con toda la comunidad de las cuevas. También se espera que un estudio (plano y sección) de cualquier nuevo descubrimiento deba ser publicado en la revista del CDG. La etiqueta dicta que otros buceadores no “piratearán” el proyecto de alguien mientras el trabajo continúe. Por esto, es responsabilidad individual dar a conocer que se está desarrollando un proyecto, e igualmente, cuando el trabajo está completado, comunicar a la gente que se “levanta la veda” de nuevo en el lugar en cuestión.

Por seguridad y conveniencia de otros, cualquier buceador que encuentre las líneas de un sifón en condiciones diferentes a las anteriormente publicadas, debe notificar los cambios al editor para su inclusión en la revista.



## BUCEO TÉCNICO

Ahora miremos al equipo y las técnicas. Muchos buceadores habrán adoptado las filosofías Hogarthian/Doing It Right promovidas por WKPP, GUE, etc. Sin discusión, estos principios son perfectos para las surgencias grandes, profundas y de fácil acceso y los lugares de aguas abiertas en los que ellos bucean. El valor de estas técnicas y configuraciones de equipo queda patente en las sorprendentes exploraciones llevadas a cabo con pocos accidentes. Como reza el antiguo dicho, la prueba del algodón no engaña...

Desgraciadamente, tal configuración de equipo y técnicas no se pueden emplear en el buceo en cuevas británico. Déjanos explicar porqué...

Para empezar, la mayoría de los sitios en el Reino Unido son inaccesibles para los buceadores que empleen botellas montadas en la espalda: muy simple: no pasas por los pasillos de la cueva. Por tanto, el debate de latiguillo largo o corto y dónde colocar la luz, etc., no se plantea. ¡Y puedes dejar los torpedos en casa! Aquí, el cordado es vital y las botellas laterales son de rigor.

Aunque la temperatura del agua siempre es fría (7º máximo, 4º normalmente), se suelen llevar trajes húmedos en muchos sifones. El gran volumen y restringida movilidad de los trajes secos en una cueva, y la probabilidad de sobrecalentamiento y de daño, imposibilitan su uso en todos los sitios excepto los de acceso más fácil. Las excepciones son los sifones largos y profundos, con un largo camino dentro de la cueva, donde se lleva puesto equipo ordinario de cuevas para llegar al punto de inmersión, transportando el traje seco y poniéndoselo una vez alcanzado el sifón.





Los ríos en las cuevas están frecuentemente manchados de turba y transportan cantidades importantes de sedimentos y materia orgánica, por lo que la visibilidad de uno o dos metros se considera bastante razonable/normal, y tres o cuatro metros más es excelente (pero tristemente muy raro). Flujos más grandes de agua significan también más esfuerzo y tensión en las líneas, así que un grosor de 4mm. se considera el mínimo, y no es extraño el de 6 mm. Hemos colocado incluso cadena de acero galvanizado de 1,25 cm. en una cueva, ya que la corriente simplemente devoraba la cuerda de cuevas de 11 mm. Consecuentemente, líneas más gruesas implican que los carretes tienen que ser suficientemente robustos. Los preciosos carretes de aluminio con carcasa de plástico que verás publicitar en muchas tiendas de “buceo tek” durarán probablemente unos cinco minutos en el Reino Unido (aparte de que no podrás poner ninguna cuerda apropiada en ellos. La dulce y delgada cuerda con que vienen cargados estos carretes sería una amenaza en un sifón del Reino Unido.

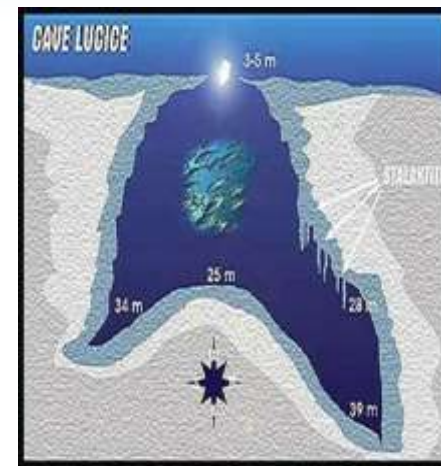
En siguiente lugar, en el Reino Unido, ¡siempre llevamos casco! Garantizamos que tu cabeza será golpeada en el techo de la cueva al menos una vez durante una inmersión, y en algunos de los sifones más estrechos, estará constantemente golpeando contra el techo de roca. También es una cosa muy práctica montar luces en él, de forma que puedas ver algo (aunque sea una luz marrón y una línea presionada contra tu máscara) mientras estás negociando alguno de los sifones menos complacientes. Normalmente llevamos dos luces de veinte vatios, con lámparas de diez grados de ángulo de apertura, y otras dos o más linternas enfocables de pilas 6C en el casco. Las linternas de mano y la cabeza desnuda conllevan problemas por aquí. La mayoría de los buceadores de cuevas del Reino Unido llevarán un mínimo de cinco fuentes de luz diferentes en una inmersión, y todas ellas estarán montadas en el casco.





Probablemente te estarás empezando a dar cuenta de porqué los miembros del Cave Diving Group parecen desanimar a la gente de bucear en cuevas en Gran Bretaña. Si se cuenta la verdad, las cuevas sumergidas del Reino Unido raramente se pueden describir como un entorno placentero. Seguro que puedes obtener satisfacción por el trabajo realizado en una inmersión bien ejecutada, pero no esperes ver lo que ves en las fotos de las revistas...

Las surgencias británicas tienen una reputación horrible. En respuesta a los británicos impresionados por sus avances y las distancias que exploró, Olivier Isler comentó una vez: "Aquí en Dordogne, los pasillos son grandes, el agua cálida y limpia, así que cordar aquí es fácil. Pero sé que en Inglaterra las cuevas son muy pequeñas, el agua muy fría y que no puedes ver nada. Eso son condiciones muy difíciles y peligrosas." Esto dicho por un hombre que ha roto records mundiales de buceo en cuevas.



## ¿Y qué más es diferente en el buceo en cuevas en Gran Bretaña?

Quizás más extraño que la configuración del equipo, para muchos buceadores de aguas abiertas, sea el que te puedes olvidar de tener un compañero bajo el agua en las cuevas británicas. La mayoría de los buceadores de cuevas en Gran Bretaña creen que estar solo en un sifón es más seguro por un gran número de razones, por ejemplo:

- No hay nadie para quedarse físicamente atrapado en el pasillo detrás de ti (por tanto bloqueando tu salida)
- No hay nadie detrás de ti que pueda enredarse en la línea y tener que cortarla, dejándote sin hilo guía de salida.
- No hay nadie que accidentalmente altere tus "marcas de salida" en los cruces de líneas (por ejemplo, en una cueva hay 10 líneas secundarias que parten de la principal en los primeros 500m de recorrido)
- No hay nadie que cause problemas de sedimentos (excepto tú)
- No hay posibilidad de ser llamado para compartir aire. En los pasos estrechos esto sería de todos modos imposible.
- No hay nada con lo que confundirse. La comunicación en los sifones varía desde lo difícil hasta lo imposible.
- No hay nadie que te dé una falsa sensación de seguridad.
- No hay nadie de quien preocuparse, excepto tú mismo. Puedes concentrarte en tu propia seguridad.



## BUCEO TÉCNICO

Todo esto asumiendo, por supuesto, que tu equipo es el adecuado y que está correctamente cuidado, así como que eres completamente hábil en todas las técnicas requeridas.

Pero si este no es el caso, serás responsable de ti y de tu compañero, de todas maneras.

Es estupendo, sin embargo, tener un compañero fuera del agua para compañía (las cuevas son lugares solitarios), para ayudarse mutuamente a equiparse, como medida de seguridad contra accidentes como patinazos, caídas, etc. en los pasadizos de aproximación o más allá del sifón, y para comparar notas que más tarde recordarán la naturaleza de la cueva y los posibles caminos. Igualmente, puede haber ocasiones determinadas (por ejemplo, cavando, perforando y andamiando) en las que podáis trabajar mejor juntos bajo el agua.

Una de las mejores cosas de encontrarse a otros buceadores de cuevas en un lugar de buceo es echar un buen vistazo a su equipo. ¿Qué luces, botellas, arneses, carretes utilizan? ¿Por qué hacen lo que hacen de la forma en que lo hacen?

El mismo buceador bien puede emplear diferentes configuraciones en sitios de buceo diferentes, e incluso en diferentes ocasiones en el mismo sitio, dependiendo del propósito de la inmersión. Y bien pudieran haber llegado con una idea mágica que estarían encantados de compartir contigo...





Adaptabilidad e imaginación son el sello de los buceadores de cuevas. Hay un número sorprendente de elementos de construcción casera en uso, generalmente más robustos o baratos o disponibles que el equipo de aguas abiertas. Las cuevas constituyen un entorno muy duro, y por eso el equipo no está como nuevo por mucho tiempo, sólo mira la mayoría de botellas, arneses, cascos y luces en uso. A veces se puede emplear material “normal”, pero adaptado de una manera particular. También somos afortunados por bucear normalmente sólo en agua dulce. Esto significa que los contactos eléctricos se pueden dejar abiertos al agua, por lo que verás linternas hechas con dióxicas y enchufes de cortacésped combinados con restos de comercio de fontanería, y también trozos de acero suave y piezas poco afectadas por el óxido. La mayoría de la gente estará más que feliz de explicar su equipo, y los cómo, porqués y las razones de porqué lo utiliza. Pon a diez buceadores de cuevas con su equipo en una habitación, y cada uno tendrá su forma de hacer las cosas, cada método refinado para adaptarse a su usuario. Por supuesto, todos se burlarán de los otros nueve, pero luego se afanarán para probar las ideas de alguien.

Lo que no harán, de todas formas, es cogerte del cuello y decirte que la suya es la única forma de hacerlo. Lo que está bien es lo que está bien para ti, para mantenerte seguro y contento a ti y para devolverte a casa de una pieza a ti. Solamente piensa con cuidado primero, sobre lo que estás haciendo, antes de hacerlo.

Atrapado por tus botellas en la espalda en un pasillo estrecho, golpeándote tu cabeza (sin casco) contra el techo, mientras tratas de desenredar tu linterna de mano y tu latiguillo largo de 2 metros de un hilo blanco de nylon que cae de tu preciosamente diseñado (pero roto) carrito de plexiglass, Tiene que ser poco cómodo saber que estás completamente conforme a una filosofía bien publicitada y una configuración de equipo que fue desarrollada para su uso en muy diferentes condiciones.

Piensa en los buceadores de Europa del Este que no se dejaron vencer por un sifón inundado de barro, y acabaron poniendo sus botellas en un aerodinámico contenedor hecho con dos trineos de plástico de niños, de forma que pudieran empujarlo a través del cieno que tenían delante, como un quitanieves. Lo que hicieron estaba bien para ellos.

Del mismo modo, los miembros del CDG suelen ser vistos abandonando sus laterales cuando salen de vacaciones, buceando en las grandes y claras surgencias de Francia, etc., simplemente porque es más fácil llevar botellas grandes del coche al agua montadas en la espalda. Los caballos para las carreras



## BUCEO TÉCNICO



Todos los miembros del CDG tienen tras de sí varios años de cuevas secas antes de haber buceado en un sifón. No se les ha *enseñado* a bucear en cuevas. Con un poco de ayuda y unos consejos de sus amigos, mirando cómo lo hacen los demás, *aprenden*. Mirando, preguntando, pero lo más importante, **PENSANDO**, y entonces, con mucha precaución, probando lo que han aprendido por sí mismos.

Este es el desarrollo que hemos realizado en los últimos, aproximadamente, 60 años. Esta es la razón por la que tenemos técnicas de cordado, buenas luces, reglas de gestión de gases, rebreathers y redundancia múltiple desde hace años. Pero, no contentos con eso, las innovaciones continúan con mezclas de gases, torpedos y adaptaciones del material en cantidad. Nos sentamos, pensamos, y entonces vamos y lo hacemos, con cautela. Y hacemos lo mismo antes y después de cada inmersión, siempre a la búsqueda de nuevas ideas, técnicas, equipo que podamos usar o adaptar e incorporar a lo que hacemos. Después compartimos nuestras experiencias con los demás.

Aquí es donde el CDG ayuda. Está ahí para diseminar información y para intentar compartir experiencia entre los buceadores del Reino Unido. El CDG es un grupo de gente sin ánimo de lucro con un interés común: la exploración de cuevas. No hacen cursos formales, el entrenamiento está basado en algo mucho más *adaptado*, sin consideración comercial alguna. Llegar a “Buceador Cualificado” puede llevar años.



No hay atajos ni dinero que pueda comprar la cantidad de experiencia necesaria.

No hay cursos “prediseñados” que saquen buceadores de cuevas “cualificados” y si alguien insinúa que sus cursos te convertirán en un experimentado buceador de cuevas del Reino Unido, ¡no le creas! No hay sustituto para la experiencia. Examinar los accidentes que han ocurrido en los sifones ingleses muestra que la gran mayoría de la gente se ahoga a pocos metros de un espacio aéreo, y que tienen, casi siempre, experiencia limitada.

Todo esto quiere decir que hacer ese curso de buceo en cavernas o cuevas en alguna parte del mundo soleada y encantadora, seguramente te aporta una experiencia placentera e interesante. Casi seguro que las técnicas que aprenderás, y los debates como la configuración del equipo, etc., te harán un buceador mejor. Pero son un mundo aparte de lo normalmente puedes esperar encontrar en un sifón inglés.

En el test de “Buceador Cualificado” del CDG, el candidato será conducido a un pozo embarrado y se espera que corde, navegue, haga un plano, así como que se desenvuelva normalmente debajo del agua como cualquier otro buceador (por ejemplo, respirando y compensando, controlando la flotabilidad y manteniendo las reservas de aire). Adicionalmente, al buceador se le harán varios test de destreza manual, y a diferentes niveles se le descolocará o quitará la máscara, generalmente después de que el examinador haya cerrado, sin que se note, la reserva del candidato, inmediatamente seguida de la botella que está usando, ¡mientras le enreda en el hilo guía! Si el buceador se las arregla con todo esto sin acercarse al llamado incidente, y puede después satisfacer al examinador con sus conocimientos técnicos, entonces puede ser puesto en lista para la calificación. Incluso entonces, el candidato debe ser *ascendido* al estatus de “Buceador Cualificado” por sus méritos en el CDG.





Y, desgraciadamente, esto no es ninguna garantía de invulnerabilidad en un sifón. Hay pocas experiencias más aterradoras que estar perdido en un sifón, o físicamente atrapado, o tener un fallo de equipo catastrófico. El aire puede estar sólo a unos metros (o a kilómetros) pero si no lo puedes alcanzar cuando lo necesitas...

Para bucear con seguridad en las cuevas de Gran Bretaña se requiere un pensar y una planificación muy cuidadosos, un completo entendimiento de las cuevas y la espeleología, entrenamiento, el equipamiento adecuado y la adecuada actitud mental.

Así que terminemos con unas palabras del manual del CDG:

*“El buceo en cuevas exige una completa autosuficiencia y libertad de juicio, lo que no implica ignorar la experiencia de otros... la responsabilidad del buceador por la seguridad es suya y sólo suya, y si delega responsabilidad en alguna parte de la operación, lo hace bajo su propia responsabilidad... debe valorar su motivación por el buceo en cuevas... debe en gran medida, vivir para el buceo en cuevas, así como practicarlo... esto es una doctrina dura de aceptar, aunque nace de la experiencia.”*





## Foto del mes: Marzo 2009

FOTOSUB



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

**SCUBADUY**

Participa en el concurso “Foto del mes” publicando la tuya en esta dirección:  
<http://www.sensaciones.org/forsensa>



Otras fotos presentadas al concurso "Foto del mes" Enero 2009





VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## El Gobierno Balear quiere prohibir el buceo en el Don Pedro

El conseller balear de Medi Ambient cree que es una actividad "peligrosa" y el PP le reprocha que ya hayan bajado al pecio cerca de 3.000 buceadores .

El conseller balear de Medi Ambient, Miquel Àngel Grimalt, solicitará formalmente a Capitanía Marítima que prohíba o controle el buceo en el buque hundido Don Pedro, porque considera que esta actividad es «peligrosa» y les «preocupa». Grimalt contestó así a una interpelación del diputado del PP Miquel Jerez en el Parlament, en la que criticó el «riesgo» que suponen las inmersiones.

Jerez aseguró que desde el 20 de mayo de 2008, cuando se autorizó el buceo, más de 3.000 personas han bajado a explorar los restos del buque.

Esto para Jerez es «altamente preocupante» porque los informes realizados por los expertos aconsejan regular o prohibir las inmersiones. «La responsabilidad política nos obliga a arbitrar medidas de seguridad porque este buque no está preparado para practicar submarinismo; antes requiere la eliminación de elementos de riesgo, como elementos móviles, puertas, etc., y esto por ahora no se ha hecho», explicó el popular.

«¿Qué medidas se han tomado?», se preguntó Jerez, quien advirtió de que hay que «evitar desgracias» en la práctica del buceo, que por otro lado es un «verdadero negocio», ya que cada inmersión puede costar hasta 50 euros por sólo 30 minutos.





**! Ya somos más de 500 amigos i**



**SENSACIONES ya está en el FACEBOOK.**

Hola amigos y amigas, ya podéis uniros al gran grupo de amigos y amigas buceadores que hemos creado en el **FACEBOOK**, para estar todavía más conectados.

En una semana más de 400 amigos ya se han apuntado, **!! TE ESPERAMOS !!**

Buscarnos por SENSACIONES o bien a través de este enlace.

<http://www.facebook.com/group.php?gid=67972342712>



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 :

## EL CONSULTORIO DE CHUPIGUAY

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.

DECO STOP





# EL CONSULTORIO DE CHUPIGUAY

## Sobre el mejor destino de buceo

DECO STOP

Tras un merecido descanso (como todos los míos) de unas pocas semanas, he regresado con vosotros para compartir, con la generosidad que siempre me ha caracterizado, un poco más de mi sabiduría, a través de la respuesta a uno de los miles de millones de correos que cada día me llegan a mi dirección

[maestro\\_chupiguay@hotmail.com](mailto:maestro_chupiguay@hotmail.com)

En esta ocasión creo que puede ser de utilidad para muchos de vosotros, que una vez que ha acabado la temporada estival, en la que os ibais a remojar un poco el neopreno a ese charco que os pillaba cerca de casa, donde está tan sucio y caliente que ya sólo sobreviven cuatro castañuelas, cinco erizos y un pulpo disecado, empezáis a soñar con posibles y lejanos destinos de buceo para el invierno, en esos viajes que, como decís, "algún día haréis".

Nuestro amable preguntador tiene, como veréis, unas inquietudes similares a las vuestras, así que... oído al parche.





# DECO STOP



Oct/29th/2007. MIT Library. Massachusetts.

*Mi muy admirado maestro, De entre todos los foros en los que participo activamente a diario, relacionados con el mundo del buceo (tanto en su vertiente deportiva como técnica, amén de foto y videosub), reconozco que para mí fue un momento especialmente afortunado cuando me topé con sus primeras enseñanzas hace algún tiempo.*

*Muy pronto, y -dejando de lado la modestia- gracias a mi granito de arena he podido comprobar cómo los capítulos de su Decálogo (aunque yo más bien los llamaría mandamientos, ya que para mí rayan en lo sagrado) han comenzado a ser admirados por doquier en foros nacionales e internacionales.*

*Gracias a esta labor de marketing viral, son ya una legión de seguidores los que todos los días alaban su sabiduría en sitios tan remotos como Japón, como muy bien puede comprobar en el foro de uno de sus principales Centros de Buceo Técnico, [www.tdcjapan.net/](http://www.tdcjapan.net/) (de hecho, mire el post que pusieron el pasado día 5 acerca de la regla nº 8. Es genial...), o también puede ver las referencias continuas a su obra que hacen en el prestigioso Diving Portal de Rusia, [www.diving-portal.ru](http://www.diving-portal.ru). Como verá claramente, han tenido a bien incluir sus artículos de la Enciclopedia Chupiguay de la Vida Marina en su sección "Formación obligatoria en Biología submarina".*



## DECO STOP

*Pero, yendo al grano, el motivo de haberle enviado un email a su consultorio es porque por más que he buscado en varios de esos foros, así como a través de los principales buscadores web que empleo habitualmente (excite, hotbot, clusty, ixquick, etc.), no acabo de tener totalmente claro cuál sería el mejor destino de buceo para mi próximo viaje, cuál sería el punto donde podría combinar mejor la abundancia de coral, formaciones rocosas, presencia de vida pequeña, de especies pelágicas y, por qué no, mezclado con un poquito de aventura en medio de unas corrientes de esas que he leído que le vuelven a uno del revés.*

*En resumen, y a partir de su amplísima experiencia, ¿cuál cree usted que sería el mejor destino para mí?*

*Abusando de su confianza, le rogaría que también me diera algunas pistas acerca de cuál es el equipo más recomendable para realizar el viaje a dicha zona, ya que por más que he leído en los prestigiosos foros de scubaboard ([www.scubaboard.com](http://www.scubaboard.com)), en los de Forum Mergulho ([www.forum-mergulho.com](http://www.forum-mergulho.com)), o en los de Passion-Plongée ([www.passion-plongee.com](http://www.passion-plongee.com)), sigo sin tener completamente claro si es mejor o no llevar un segundo regulador, o si es imprescindible facturar en la maleta el líquido desempañante para la máscara, si debería llevar aletas de apnea aparte de las twin-peaks que me acabo de comprar, etc.*

*Atentamente suyo, un admirador  
"Webster"*

*PS, al webmaster de este lugar. No he incluido el suyo en la lista de los prestigiosos foros en los que he realizado mis búsquedas ya que, como pude comprobar, los temas que se tratan aquí son demasiado básicos para mis necesidades, aparte de que por mucho que se conecte la gente, participan bastante poco, pero confío en que algún día alcanzarán el nivel que se requiere para estar en la élite.*





Estimado "Webster",

Empecemos por los apéndices, como muy bien diría mi amiga Anastasia (Mayo)... tu postdata refleja un innegable potencial de discípulo Chupiguay, claro, contundente, y con un suave bouquet a capullo integral... En fin, tú prometes, chaval...

Sin embargo.... aaaaaay, sin embargo, el resto de tu correo rezuma por todos lados una estulticia supina (dicho en castellano moderno "estupidez integral") que me ha provocado un ligero ataque de dermatitis seborreica entre las cejas (donde suelo hacerme la raya para peinar cada una hacia un lado). ¿Pero tú dónde has buceado, alma de cántaro?

Tengo bastante claro, a la vista de tu desbordante friqui-erudición, que si hay algún océano en el que tú te has sumergido alguna vez, ha sido en el de Internet, porque mares de los otros, seguramente lo más cerca que los has visto es cuando ibas de chiquitín con el cubito y la pala a hacer algún castillo de arena a la playa contaminada de al lado de tu casa (lo cual explicaría muchas cosas, por aquello de la radiación y su efecto en la masa gris cerebral...).



Pero no quiero distraerme del tema y que malinterpretes mis amables y cariñosas críticas constructivas (como yo siempre las hago) tomándolas por insultos. El que domines como lo haces el manejo de internet puede resultarnos muy útil a todos, y confío en que sigas compartiendo con nosotros tus descubrimientos internautas (por cierto, ya hablaremos tú y yo para que me pases alguna referencia de webs acerca de las muchas parafilias que seguramente compartimos...).

No he podido por menos que sentirme algo halagado con que mis viejos amigos del TDC de Japón, aquellos con los que fui de expedición de caza ballenera a la Antártida, sigan acordándose de mí. Me he leído toda su web, y de hecho he puesto algún post al respecto para corregirles algunas traducciones de mi Decálogo, ya que como puedes imaginar mi dominio del japonés es cuando menos similar a mi capacidad para identificar todos los tornillos en un montaje de mueble de IKEA (que si el tōdkir, el brushfghid, el nordgvar, el mörgralik, el tarpdsdal...) vamos, que para mí los idiomas no tienen secretos.



## DECO STOP

Lo de leer la página web del Diving Portal ruso ha sido más sencillo, por supuesto, gracias a mis numerosas visitas a unas jovencitas de ese país que frecuento en un descampado cerca de... pero bueno, esto a ti no te interesa. Tú lo que quieres saber es cuál es el mejor destino que se ajustaría a tu perfil y a tus deseos, y qué equipo hay que llevar.

Todavía os queda a muchos algún tiempo hasta que lleguéis a leer la regla nº 8 de mi magistral Decálogo, donde os explico que lo importante no es dónde lleguéis a bucear alguna vez, sino lo que debéis decir en las tertulias en las que algún cretino (o cretina) se vanagloria de los remotos destinos que alguna vez ha visitado.

Sin embargo, si tanta ilusión os hace "bajar y verlo con vuestros propios ojos", os voy a dar unas cuantas instrucciones que os permitirán disfrutar mucho más de vuestros viajes, hacer unas fotos de impresión (ya que os gusta luego siempre demostrar que lo habéis visto, como si la gente no se lo fuera a creer) y de paso ahorraros un buen dinerillo (para invertirlo en alguno de mis Cursos Chupiguay, por supuesto)

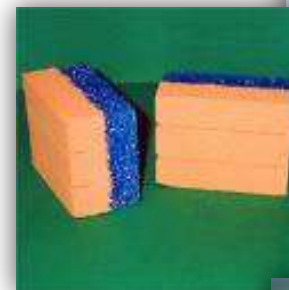




## DECO STOP

1. Toma un mapa, y busca el punto de la costa más cercano a donde te encuentres. Dirígete hacia allá. Es allí donde vas a tener "el mejor destino de buceo que has encontrado en tu vida". "¿Y eso?" Te estarás preguntando.... tranquilo... sigue leyendo.
2. ¿Buscas "abundancia de coral"? Antes de bajar, pásate por una tienda regentada por alegres extranjeros de rasgos orientales y extraño hablar con la letra "ele", y compra el siguiente material:
  1. Una esponja sintética, a ser posible de color rosa y verde, pero vamos, si compras un pack de varios colores porque sale más barato, también vale
  2. Un atizador matamoscas de tamaño grande. Da igual que sea de color fucsia o verde limón. Recórtale los bordes.
  3. Un "ramo" de flores de alambre, cable y tela, de formas y colores poco menos que extraterrestres (o de donde vengan los propietarios del local, que suele andar a la par)
  4. Unas astas de ciervo (rebozadas con colorante y guindilla)

Bien pertrechado con todo este tipo de cosas, te bajas unos pocos metros y distribuyes todo aquello a tu alrededor y... hala, a tirar fotos a aquella maravilla de "exhuberancia de vida vegetal", como dicen esas chupirevistas engañabobos y repletas de publicidad que os encanta leer... Podéis disfrutar durante horas de la maravilla de estar rodeados de vuestras propias esponjas, gorgonias, formaciones de coral blando, e incluso vuestro propio coral de fuego... ¿qué más se puede pedir?





3. Ah, ¿que eso no es suficiente? ¿Que buscas "pecios"?

No te preocupes. Coge el peugeot 205 descapotable ese de la vecina pija que te trae frito con sus memeces (y que seguramente sigue negándose a satisfacer tus deseos sexuales), un rápido puente bajo el volante, un empujoncito al borde del muelle y, hala, ya tienes un pecio para explorar para ti sólo.

Y no olvides que cuando exploras un pecio no importa lo que estás viendo, sino lo entusiasmado que lo cuentes después: Ejemplo (tomado de la vida real): "¿Halaaaa, habéis visto esa moto que había en la bodega del barco (una moto, tal cual, con su lodo por encima, su mugre, oxidada... vamos, una Motocicletus Vulgaris, pudriéndose dentro de un barco...).

Pues en la misma línea debéis explicaros vosotros "¡¡Ostraaaas, tendríais que verlo, es in-cre-i-ble, in-cre-i-ble los juegos de luces que produce la sombra del parabrisas trasero en el interior del pecio que he 'descubierto'!! ¡Es lo más!"

Con esto, ya tenéis ganados muchos puntos en cualquier tertulia de esas que os encanta hacer en las que sólo sabéis hablar de lo que habéis hecho alguna vez (u os hubiera gustado hacer...) debajo del agua.





3. ¿Cómo? ¿Que te va más "lo natural"? ¿Que buscas "formaciones rocosas"?

Bueno, bueno. Eso es mucho más fácil todavía. En el mismo puerto en el que acabas de depositar tu "pecio personal", te puedes echar al agua por el lado del malecón, y ver las formaciones rocosas que constituyen los cúbicos bloques de cemento depositados allí como rompiente.

Vale, sí, no son formaciones "naturales", pero lo que pierdes en eso lo ganas en emoción, esquivando continuamente los anzuelos de los jubiladetes pescadores que pasan allí 20 horas al día (sin atrapar nada, por lo general, pero encantados de poder tener excusa para poner a parir a los de las zodiac que salen y entran de puerto cargadas de tíos embutidos en neopreno con cara boba de "¡chupi, qué bien me lo voy a pasar/me lo he pasado!").

Por si te parece poca emoción, aparte de esos anzuelos, también deberás esquivar las hélices de esas mismas semirígidas, que son conducidas por lo general por un tío ligeramente fumao y del que no tienes muy claro cómo demonios obtuvo el PER (si es que lo tiene...)

5.- Aaah, lo tuyo son los animalitos... ¿Buscas "vida pequeña"? Bueeeeno, seguro que ya te estás imaginando que esto se puede resolver como en lo relativo al coral, nada, nada, unas pinzas italianas, y ya tienes unos nudibranchios en plan Godiva, un manojito de bisutería brillante (comprado en el mismo sitio donde todo lo anterior), y ya puedes inflarte a sacar fotos en modo macro "que molan más" (aunque al final acabe todo el mundo harto de ver por mil-millonésima vez el mismo ojo de pulpo, o la misma flavellina, tú no desfallezcas, sigue haciendo fotos...)





## DECO STOP

Eso sí, recuerda desenfocarlas ligeramente, o alguien se dará cuenta del truíqui. No te preocupes mucho por ello, en la mayoría de los foros de internet, como ya habrás ido comprobando, la gente es tan "corporativista", "amiguista" y "compañerista" que da igual la mierda de foto que pongas, siempre habrá varios que te dirán "¡Qué chula! Gracias por compartirla"



6. ¿Buscas "unas corrientes de esas que le vuelven a uno del revés"?

Se puede aplicar lo que decía antes en el punto 4. Tan sólo necesitas situarte a no demasiada profundidad en la entrada de la bocana del puerto, y disfrutar de todos los payasos que pasan por encima tuyo con sus megayates, sus chupisemirrigidas, sus planeadoras y demás, pasando ampliamente de todo lo que les rodea y demostrando que o bien "la tienen más grande", o es que como buenos habitantes de este país (o nación, o territorio, o como coño quieran llamarlo ahora los que se preocupan más de estas gilipolleces que de la realidad que les rodea) "las normas no van con ellos". Y viva, y bravo... Aaay, cuánto discípulo Chupiguay que no saben que están en el camino de la verdad y se quedan en esos pequeños detalles. Si pudiera traerles al lado correcto de la sabiduría (y de paso embolsarme algo de su dinero...)

Por tu parte, ya verás lo divertido que es verse arrastrado por la aspiración de unas hélices y otras, zarandeado de un lado a otro, arrastrado arriba y abajo, todo el rato rodando cual croqueta (o cocleta, o cocreta, o clocreta, o como coño quieran llamarlo los que presumen de que "las que hace su madre son las mejores" -¡Ja! Si conocieran a mi madre...). ESO sí es emoción, y no echarse al agua en un océano a tomar por saco de tu casa (y de las cloquetas de tu madre) donde lo único que tienes que hacer es dejarte llevar por la corriente mientras miras embobado lo que va pasando ante tus ojos.



## DECO STOP



En resumen, como habrás visto, no hace falta gastarse casi nada para disfrutar de un viaje pleno de aventura, ni ir a una de esas "Agencias Especializadas en Viajes de Buceo", que por lo general siempre colocan los mismos viajes a los mismos pardillos y se desentienden en cuanto se produce el primer problema.

Yo, por mi parte, te puedo dar plena garantía de todos los consejos que acabo de ofrecerte aunque, eso sí, si no estás satisfecho con ellos... ya sabes mi lema para esta temporada: "Sinceramente, querido, me importa un bledo"

Hala, a seguir bien,  
**Chupiguay**



PS. Ah, y sobre tu segunda pregunta acerca de qué equipo necesitarías para este viaje... nada, nada, lo básico, la máscara y el tubo. Lo demás es opcional, ni traje, ni jacket, ni aletas (aunque sean esas "twin-peaks" que te acabas de comprar), ni nada.... hmmm... bueno, por esta vez, y sin que sirva de precedente, debido al abundante tráfico marítimo yo recomendaría que te pongas un bañador, no vaya a ser que alguna barca a las que hacíamos antes referencia decida atracar al estilo bicicleta en tus posaderas mientras tú estás disfrutando del maravilloso mundo submarino



VER MAS NOTICIAS

NOTICIAS

## Buceadores británicos acusados de expolio en 2002 evitan prisión tras acuerdo

Peter Devlin, Malcolm Cubin y Steve Russ, tres buceadores británicos acusados desde 2002 de llevarse oro y diamantes de un barco hundido en las costas gallegas, han evitado la cárcel tras llegar a un acuerdo la defensa y la acusación. La vista se ha celebrado hoy en el juzgado número dos de lo penal de Santiago de Compostela, según indicaron a Efe fuentes del Tribunal Superior de Justicia de Galicia que señalaron que las partes alcanzaron un acuerdo antes de ir a juicio.

En declaraciones a distintos medios británicos recogidas por Efe, los acusados reconocen que a partir de ahora son 'criminales convictos en España', aunque destacan que 'después de siete años el calvario se ha terminado' y no tendrán que ir a la cárcel. Los buceadores alegaron ya en 2002, y cuentan su experiencia en el blog 'Divers in Trouble' (Buceadores en Problemas) que tenían un contrato con el Gobierno español, a través de la empresa Force 9 Salvage, para retirar cobre del buque holandés 'Friesland', hundido en la costa de Corrubedo en A Coruña.

Sin embargo, las autoridades españolas les acusaron de llevarse oro y diamantes del barco francés 'Don Pedro', hundido hace 114 años en la misma zona. A pesar de esta acusación, las fuerzas del orden se incautaron únicamente de dos piedras de afilar, cinco azulejos de cerámica con inscripciones en el reverso, una porcelana de origen francés, una piedra de bronce de la arboladura de un buque y cuatro botellas de cristal.

Según uno de los buceadores, la acusación les ofreció el trato de que se declarasen culpables de haber cogido material del 'Don Pedro', por lo que tendrían que abonar unos mil euros cada uno, así como 2.500 euros adicionales en concepto de costes. A cambio, los acusados no tendrán que ir a juicio, en el que los abogados defensores informaron a los buceadores de que había un 'gran riesgo' de que pudieran perder y tener que afrontar las penas de 'hasta seis años de prisión' que solicitaba la Fiscalía.

El acuerdo alcanzado entre las partes no satisface a los buceadores, ya que mantienen que no han hecho 'nada malo'. 'No hay celebración, sino alivio. Me voy a sentar a tomar el sol, a escuchar las campanas de la catedral y a tomar un café y después una cerveza. Luego me iré a casa e intentaré seguir con mi vida', indicó Cubin al diario local West Briton, mientras que Devlin señaló al Daily Telegraph que le hubiera gustado 'pelear' para que sus nombres quedasen limpios.

Además de estos tres buceadores, en 2002 también fue detenido Yanick Alveraz, que falleció en 2005 en un accidente de tráfico.



## ¿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, publicidad,.....

Solicita información por email a:





[rrids@rrids.com](mailto:rrids@rrids.com)





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 corresponde a algunos de los videos publicados cada mes en la sección VIDEOSUB del foro de **SENSACIONES**.

## VIDEOSUB

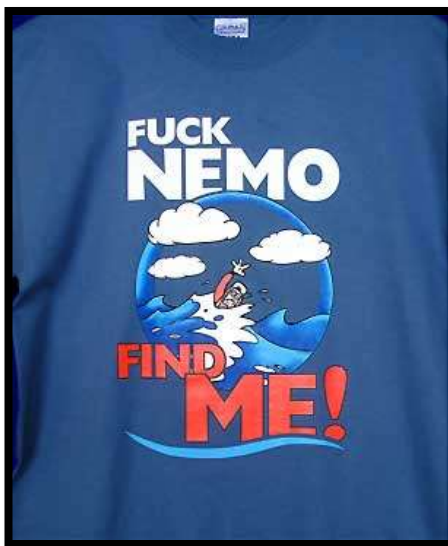
Titulo	Enlace
- 110m Trimix Diving	
Rubis wreck	
Coco's island	
Wreck diving - Cozumel mexico	
Vehiculos anfibios de desembarco de la IIWW	





Unas risas nunca van mal... no todo va a ser buceo

DECO STOP





## TODOS LOS NUMEROS DE LA REVISTA **GRATIS**

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



**MERCHANDISING**  
**SENSACIONES**  
*Identifica tu pasión*



## 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](mailto:info@sensaciones.org)

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



Más información y noticias en: <http://www.sensaciones.org/forsensa>

Diseño y maquetación: R&R I.D.S. Ingeniería de Sistemas – [rrids@rrids.com](mailto:rrids@rrids.com) – Telf. 654 753 351