

# ESCUELA NARVAL

## CAPACIDADES DIFERENTES

CURSO DE BUCEADOR MAR ABIERTO // JUNIO 2008

Antonio Marcos Vilacides, Instructor MA/1297

**1° Día** - 90° min. **PRESENTACION DEL CURSO**

**Instructor: Antonio Marcos**

\*Instructores y monitores del mismo.

\*Club - Escuela Narval y quien son ACUC.

\*Programación y calendario.

\*Equipo ligero.

\*Dos fotos.

\*Rec. Medico.

Telf. IMD, Aluche 917062868 / B° Pilar 913147943 / B° Concepción 914039020

**2° Día** - 90° min. **PASCAL Y BOYLE//MARIOTTE**

**Instructor: Andrés Sanz**

\* Entrega de Kits y su contenido (cuando hayan pagado la señal)

\* Física básica (Sólidos, Líquidos, Peso, Presión, Densidad)

\* Presiones: Atmosférica, Hidrostática y Absoluta (Torricelli)

\* Principio de Pascal

\* Ley de Boyle (1645) y Mariotte (1676)

\* Baro - Traumatismos.

**2° Día (bis)** - 45min. **Introducción al buceo adaptado**

**Instructor: Jaime Gutiérrez**

\* Particularidades y legislación

**3° Día** - 90° min. **PRINCIPIO DE ARQUIMEDES**

**Instructor: Kike Gil**

- \* Principio de Arquímedes (287 a.c.)
- \* Flotabilidades: Positiva, Negativa y Neutra
- \* Relojes, manómetros y brújula
- \* Traje de neopreno: diferentes modelos
- \* Cinturón de lastre y lastrado hidrostático
- \* Cuchillo y bolsa o red de transporte
- \* Visión, Óptica y Acústica

**4° Día** - 90° min. **LEY DE DALTON // LEY CHARLES**

**Instructor: Paz Gómez**

- \* Ley de Charles (1798) y de Gay-Lussac (1800)
- \* Composición del aire
- \* Respiración y Circulación Sanguínea
- \* Ley de Dalton (1852)
- \* Anoxia, Hipoxia, Normoxia e Hiperoxia
- \* Intoxicaciones y Sincope Anoxico
- \* Información sobre Nitrox
- \* Señales

**5° Día** - 90° min. **LEY DE HENRY**

**Instructor: Antonio Marcos**

- \* Recuerdo de Circulación Sanguínea
- \* Ley de Henry (1803)
- \* Disolución de los gases y sus tres estados
- \* Tablas Deco, DCIEM
- \* Deco, Tratamientos y Cámaras hiperbaricas.

**6° Día** - 90° min. **EFEECTO ESPEJO Y EQUIPO PESADO**

**Instructor: Andrés Sanz**

- \* Conocimientos de Primeros auxilios y O<sub>2</sub>
- \* Rescate
- \* Biología Marina, Náutica y Ecología
- \* Equipo pesado, Regulador, Jacket, Botella y Plomos
- \* Consumos (a grandes rasgos). Cadencia 20 l/m
- \* Chequeo del plan de buceo
- \* Logística en el mar

**7° Día** - 90° min. **REPASO GENERAL DE TODO EL CURSO**

**Instructor: Antonio Marcos**

**8° Día** - 90° min. **EXAMEN TEORICO**

**Instructores: Armando Peña // Rafael Macias**

**PRUEBAS PRÁCTICAS EN PISCINA**  
**CAPACIDADES DIFERENTES**  
**\* EQUIPO LIGERO // \*\* EQUIPO PESADO**  
**INFORME DEL CURSO OWD DE CLARA GONZALO**

ID: Paz Gómez, Andrés Sanz, Antonio Marcos, Alberto Muñoz
---

DM: Rafa Macias, Jaime Gutiérrez
----------------------------------

RD: Antonio González
----------------------

Un Instructor cada 6 alumnos, uno en superficie.

Clara necesita ayuda para la entrada y salida del agua, con tres "típicos" podríamos prescindir de cualquier medio adaptado en piscina y en el mar (2 para sacarla desde arriba y otro asistiendo desde abajo).

\* Explicación del manejo y la colocación del equipo ligero.

Clara OK

\* Cuatro largos en estilo crol.

Clara OK

\* Paso gigante.

No le es posible. En su lugar se realizan pruebas para la salida y entrada en el agua (con ayuda)

\* Agrupar a cursillistas a lo largo de la piscina con su equipo ligero.

Clara OK

\* Emparejar al grupo, efecto espejo y señal de OK. (En superficie)

Clara OK. Recalamos que tiene la responsabilidad de hacerle el efecto espejo a su compañero.

\* Colocarse equipo ligero en el agua, en este orden: 1° Gafas, 2° tuba, 3° escaupines, 4° aletas. Todos los días, al acabar las pruebas se quitarán primero las aletas y saldrán de la piscina con las gafas y tuba puestas, las gafas si no están puestas, siempre al cuello.

**Clara, gafas y tuba: OK. Aletas: la movilidad en las piernas es limitada, las mueve sin armonía, las aletas cortas de natación y "ajustables" son las adecuadas. Hay que ponérselas.**

\* Locomoción en superficie, equipo ligero colocado, brazos y manos estiradas pegadas al cuerpo y movimiento de aletas.

**Clara OK**

\* Golpes de riñón estáticos.

**Clara: no le es posible**

\* Golpes de riñón dinámicos.

**Clara: no le es posible**

\* Despistado, brazos por delante (muy escrupulosos con esta prueba).

**Clara OK**

\* Apnea estática, todos sujetos a la corchera (mínimo 30").

**Clara OK, su apnea es de unos 30 segundos y progresando.**

\* Apnea dinámica (mínimo 25 metros).

**Clara OK, necesita ayuda para su flotabilidad, pero lo logrará...**

\* Vaciado de gafas.

**Clara OK**

\* Abandono del equipo completo, menos los escarpines.

Clara: no le es posible

\* Control de estrés.

Clara OK

\* Pruebas de rescate.

Clara: no le es posible

\*\* Montaje y desmontaje del scuba + atalaje del jacket.

Clara: No le es posible, necesita ayuda física aunque asume la responsabilidad de indicar todos los pasos a seguir.

\*\* Scuba montado al borde de la piscina

Clara: No le es posible, necesita ayuda.

\*\* Salto paso de gigante.

Clara: No le es posible. Siempre que las condiciones lo permitan debe equiparse en el agua.

\*\* Zafado del scuba en el agua con volteo o modo chaqueta.

Clara: No le es posible

\*\* Localización de latiguillos, traquea y válvulas.

Clara OK

\*\* Locomoción ventral en superficie, con la tuba.

Clara: No le es posible

\*\* Locomoción dorsal en superficie y tuba desplazada.

Clara: No le es posible

**\*\* Respirar a través del regulador en el borde.**

**Clara OK**

**\*\* Inmersión: control de aire, regulador en la boca, traquea en la mano izquierda, desinflado paulatino del jacket.**

**Clara OK**

**\*\* Desplazamiento en el seno del agua, con control de flotabilidad.**

**Clara OK**

**\*\* Técnicas de escape libre.**

**Clara: No lo realizó pero sí podría efectuarlo. Practicamos la salida con el brazo por encima de la cabeza emitiendo la letra "A" con hiperextensión del cuello.**

**\*\* Flotabilidad entre dos aguas en desplazamiento y parados, buda.**

**Clara OK en aguas confinadas, en el mar ayuda con un "típico".**

**\*\* Kalumet estático y en navegación.**

**Clara OK**

**\*\* Flotabilidad sin latiguillo del jacket.**

**\* No lo practico pero sí podría efectuarlo.**

**\*\* Vaciado de gafas con scuba.**

**Clara OK**

**\*\* Zafado del scuba en el fondo e intercambio del mismo.**

**No lo práctico pero sí podría efectuarlo.**

**\*\* Despistado, el compañero irá agarrado de la mano y con gafas.**

**Clara OK**

**\*\* Apneas entre equipos (alertar del peligro en esta prueba).**

**Clara: No le es posible**

**\*\* Abandono scuba y equipo ligero (alertar del peligro en esta prueba).**

**Clara: No le es posible**

**\*\* Control de estrés y pruebas de rescate.**

**Clara: Control de estrés OK, rescate no le es posible.**

## **PRUEBAS DE MAR PARA EL OWD CAPACIDADES DIFERENTE**

Efectuaremos cuatro inmersiones:

4 alumnos por ID, máximo 6 con un DM cerrando.

### **Scuba de Clara:**

\* Regulador: sin problemas, salvo que le hemos colocado un collarín con un cabo alrededor del cuello para que lo tenga más cercano y accesible. Llevará también el octopus, el manómetro de alta y el profundímetro sujetos en el interior del jacket para su fácil acceso, lo puede controlar ella.

\* Jacket: Tiene la dificultad de tener la válvula inferior de vaciado en el lado derecho y no puede acceder a ella por su limitación en ese brazo. La solución está en la adaptación del jacket, alargando y llevando el cabo de la válvula al lado izquierdo y así poder vaciarlo ella misma controlando por sí sola su flotabilidad. También se podría optar por un jacket con sistema sin traquea con vaciado en cualquier posición.

\* Botella: se le adapta mejor la de 12 l., podría llevar también la de 15 l. pero su consumo es muy bueno y no la necesita.

\* Traje: para las pruebas de mar utilizamos un peto de 5 mm, una camiseta de licra de manga larga y un chaleco de calor. La temperatura de agua fue de aprox. 20°C; no pasó frío salvo alguna termoclina sin importancia. Hay que tener en cuenta que el neopreno puede disminuir la movilidad con respecto a lo observado en piscina.

### 1ª inmersión:

Entrando por la playa se realizarán los ejercicios que practicamos en la piscina a una profundidad máxima de 3 metros con una permanencia de 20 minutos aproximadamente.

Clara: OK, necesita la ayuda de dos personas para su traslado al agua y en el seno de la misma irá acompañada de un Instructor y un DM, llevará y será parte de su equipo un cabo de seguridad con dos mosquetones de aproximadamente un metro y medio que servirá de unión entre ella y el Instructor guía; el DM controlará su estabilidad hasta que su flotabilidad se afiance.

### 2ª inmersión:

Inmersión con barco, descenso a través de un cabo, fondo máximo - 12 metros, permanencia de 40 minutos aproximadamente, ejercicios: Vaciado de máscara, flotabilidad, Kalumet, simulacro de escape libre, locomoción, control de estrés, determinar lastre a -3 metros al término de la inmersión.

Clara OK

### 3ª inmersión:

Igual que la anterior con la diferencia de que bajamos a un fondo de - 18 metros con una permanecía en el total de la inmersión de aprox. 48 minutos, efectuaremos los mismos ejercicios.

Clara OK

### 4ª inmersión:

Última inmersión. En esta ocasión bajamos a - 24 metros durante 47 minutos; no se efectuará ningún ejercicio y nos dedicaremos a dar un paseo submarino agradable y a descubrir a los alumnos la flora y fauna del lugar.

Clara OK

## CONCLUSIONES

Tras el curso y durante un periodo de prácticas hasta que consiga autonomía en la flotabilidad y estabilidad (aproximadamente 20 inmersiones) deberá ir acompañada de 2 personas:

- La 1ª deberá ser ID o DM con especialidad de Buceo Adaptado
- La 2ª persona como mínimo deberá ser un buceador de rescate puesto que debe controlar perfectamente su flotabilidad y equipación, ya que será el encargado de controlar la estabilidad de Clara, así como asistir al otro buzo.

En sus futuras inmersiones deberá ir siempre con 2 personas:

- La 1ª será bien un Instructor cualificado o bien un buzo con la especialidad de Buceo Adaptado
- La 2ª será como mínimo ADV que ayudará en las entradas y salidas del agua. Además auxiliará a la otra persona en el caso de que ésta tenga algún problema. No tiene que ser especialista en buceo adaptado.

**Clara mostrará el presente informe en todos los centros de buceo a fin de orientar a quienes buceen con ella sobre el modo de proceder a la hora de llevar a cabo las inmersiones.**

Terminamos las pruebas de mar con una reunión, en que se dan los resultados de los exámenes teóricos y se intercambian impresiones y dudas que plantean los alumnos sobre su primera experiencia submarina.

amarkos/08