

UNIDAD N° 12

Entradas y salidas

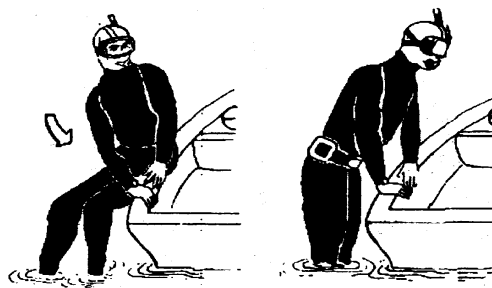
TIPOS DE ENTRADAS

El tipo de entrada o de salida del agua debe hacerse de acuerdo con la situación en la forma más fácil y segura posible, sin causar desorientación. Siempre se debe hacerse con el equipo completo, se debe sujetar firmemente la luneta y el regulador con una mano.

Antes de entrar al agua, fijarse si no hay otro buzo o nadador que esté en el lugar en que va a caer, para evitar accidentes. Una vez en el agua regrese a la superficie y despeje el área para que pueda entrar su compañero. Observe al buzo que hace la entrada.

1) Entrada controlada o de seguridad

Esta puede ser realizada desde el costado de una lancha inestable, con una altura aproximada de 0.7 mt.. Con esta entrada, el buzo se mantendrá en contacto con la lancha todo el tiempo, no habrá impacto con el agua y permanecerá completamente orientado y con pleno control de la situación. Es la más recomendable y segura en lugares en que no se conozca el fondo. Para realizarla, uno se sienta en la borda de la lancha con los pies en el agua, se lleva hacia un lado del cuerpo una de las manos con los dedos hacia dentro de la lancha y se apoya en la borda, la otra mano va por delante del cuerpo al lado de la anterior que también se apoya en la borda, se gira el cuerpo, con la fuerza de los brazos, y se baja suavemente el cuerpo en el agua.



2) Entrada a paso de gigante

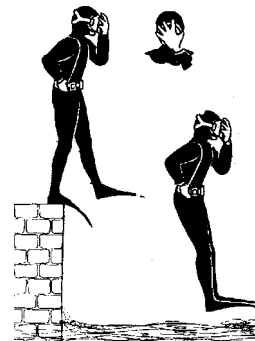
Se puede realizar desde botes con plataforma estable, muelles y orillas con una altura máxima de 1.5 mts. en lugares conocidos y con profundidad mínima de 2 mts. Para esta entrada, el buzo se coloca en el borde de la plataforma o muelle con las aletas juntas de tal manera que la palas están por fuera de la plataforma o sea que vuelen sobre el agua. Si en esta posición el buzo se siente inestable, puede entrar ligeramente uno de los pies para obtener un mejor equilibrio con una mano se presiona la careta y el snorkel o el regulador a la cara, la otra mano se extiende completamente a un lado formando un ángulo de 90 grados con el eje del cuerpo, se lleva adelante uno de los pies, de manera que forme con el otro un ángulo de unos 80 grados y se da un gran paso adelante, donde la aleta del pie que estaba extendida hacia adelante, golpee la superficie del agua y el pie de atrás se doble por la rodilla



amortiguando la entrada, cerrando las piernas con fuerza inmediatamente las aletas entran al agua y se golpea el agua con la mano que va extendida para evitar hundir la cabeza. Si la entrada es correcta, no se debe sumergir la cabeza del buzo en el agua. Al hacer este tipo de entradas no se debe brincar ni tirar el cuerpo hacia adelante.

3) Entrada con pies juntos

Entrada para plataformas o cubiertas estables, con más de 1.5 mts. de altura y para aguas relativamente profundas. Para la entrada de pies juntos se hace igual al paso de gigante con la diferencia que los pies entran juntos, el buzo debe dar un salto hacia arriba y adelante siempre con los pies juntos y se ingresa al agua con los talones, amortiguando el ingreso y golpeando el agua con la mano que lleva extendida. Se debe evitar que el cuerpo se vaya hacia adelante, si la entrada es con equipo autónomo se debe tomar el tanque y hacer fuerza hacia abajo con el brazo extendido para evitar, que con el impacto golpee la cabeza.



4) Entrada maroma atrás

Es usada, generalmente cuando se está en una lancha pequeña y donde la altura es mínima. Si la lancha es inestable los buzos permanecerán sentados, uno



en frente del al otro y entrar al agua simultáneamente para conservar el equilibrio de la lancha.

Para efectuar esta entrada, el buzo se debe sentar en la borda con las caderas muy salidas, dando la espalda al agua con las piernas extendidas dentro de la lancha. Una de las manos presiona la careta y la boquilla del snorkel o del regulador contra la cara con la otra mano libre y relajada en un costado. El tronco y la cabeza van inclinados hacia la rodilla y el mentón tocando al tórax. Si la entrada es con equipo autónomo, se debe tener en cuenta que la consola y el octopus están dentro de las piernas o por fuera de la borda para que no se enreden con la lancha.

En el momento de ingreso se debe hacer un leve impulso hacia atrás, levantando las piernas extendidas. El contacto inicial con el agua es con la nuca y los hombros, no con la cabeza. Ya dentro del agua el buzo se debe colocar en forma vertical mirando la lancha.



5) Entrada caminando hacia atrás

Para ingresos desde la playa u orillas con oleaje: El buzo se debe equipar completamente en la playa, caminando hacia atrás y mirando por encima del hombro. Es recomendable realizarlo por parejas tomados de la mano para lograr mayor estabilidad. Voltee cuando haya profundidad adecuada aprovechando la resaca y comenzar a nadar por superficie.

En playas calmadas o con poco oleaje: La entrada se puede realizar caminando normalmente hacia adelante con las aletas en la mano, a una profundidad adecuada se debe poner las aletas teniendo precaución de que estas no se pierdan y se inicia la natación.

TIPOS DE SALIDAS

1) Salida controlada o seguridad

Se debe emplear cuando se bucea en botes pequeños, inestables o en plataformas de poca altura. Se colocan ambas manos separadas al ancho de los hombros sobre la borda, estirar el cuerpo hacia atrás con las piernas bien abiertas, efectuar 1 o 2 patadas fuertes para impulsarse hacia arriba y adelante con un poco de fuerza de brazos hasta que la cintura esté por encima de la borda, en éste momento se debe girar el cuerpo para quedar sentados sobre ésta.

2) Salida por escalera

Se emplea cuando la embarcación tiene plataformas altas utilizando escaleras para la salida de los buzos. Para salir por la escalera, se debe nadar hasta ella desde la línea de seguridad uno a uno, evitando aglomeraciones. Se debe tomar la escalera con una mano y con la otra **primero se entregará el lastre!!!**, luego se procede a quitarse las aletas, entregándolas al Dive Master para evitar su pérdida y ascender normalmente por la escalera. Nunca intente subir con las aletas puestas. No se acerque a la escalera hasta que el buzo anterior haya salido completamente a la plataforma del barco o bote.

3) Salida desde playa:

Cuando el mar se encuentra movido se debe regresar a la playa nadando hasta donde la profundidad lo permita luego se debe parar y caminar hacia atrás hasta la playa mirando por encima del hombro.

Cuando el mar está calmado se puede quitar las aletas con cuidado y salir caminando con las aletas en la mano.

Buceo desde rocas

En este tipo de buceo, lo importante es el ingreso y egreso al agua.

Hay que saber si comenzamos la actividad con la marea subiendo o bajando ya que el cambio de profundidad modificará la entrada a la costa, o expondrá la capa de algas que haría sumamente difícil por lo resbaladizo, nuestro reingreso.

Si a esto le sumamos agua turbia, no hacer nunca un golpe de riñón cerca de la costa, ya que podríamos estar en presencia de rocas semi sumergidas!!!

También hay que prevenir los posibles cortes o escoriaciones con mejillones y dientes de perro, especialmente si estamos en presencia de mar de fondo u olas en superficie.

