

Tabla de Contenidos

Adventures in Diving

- vii Introducción
- viii Visión General del Programa
- xi Cómo Estudiar
- xiii Un Repaso Rápido

Buceo en Altitud

- 1 Introducción
- 2 El Buceo en Altitud y la Teoría de la Descompresión
- 4 El Buceo en Altitud y la Fisiología
- 6 Consideraciones sobre el Equipo para el Buceo en Altitud
- 10 Uso del Planificador de Inmersiones Recreativas en Altitud

AWARE – Identificación de Peces

- 21 Introducción
- 22 Proyecto AWARE
- 23 Fundación Proyecto AWARE
- 24 Estrategia de Identificación de Peces
- 26 Grupos de Peces y Características
- 36 Estudio de Peces

Buceo desde Barco

- 41 Introducción
- 41 Ventajas del Buceo desde Barco
- 42 Terminología Náutica
- 45 Tipos de Barcos de Buceo
- 47 Equipo de Seguridad / Emergencia para el Buceo desde Barco
- 50 Seasickness
- 51 Preparación para el Buceo desde Barco
- 53 Procedimientos de Embarque en Barcos de Buceo Chárter
- 55 Procedimientos Antes de la Inmersión
- 57 Procedimientos de Buceo desde Barco
- 63 Procedimientos Despues de la Inmersión



Buceo Profundo

| | |
|----|--------------------------------------------|
| 67 | Introducción |
| 68 | Actividades y Objetivos del Buceo Profundo |
| 69 | Buceo Profundo: Definición y Límites |
| 73 | Equipo para Buceo Profundo |
| 79 | Técnicas de Buceo Profundo |
| 83 | Más Técnicas de Buceo Profundo |
| 88 | Narcosis de Nitrógeno |
| 91 | Lesiones Disbáricas |

Vehículos de Propulsión Subacuática (VPS)

| | |
|-----|----------------------------------------------------------|
| 99 | Introducción |
| 99 | Vehículos de Propulsión Subacuática – Una Visión General |
| 103 | Mantenimiento y Transporte del VPS |
| 107 | Planificación y Seguridad del Buceo con VPS |
| 116 | Bucear con Tu VPS – Paso a Paso |

Buceo en Corrientes

| | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 123 | Introducción |
| 123 | Dejarse Llevar por la Corriente |
| 125 | Entornos de Buceo en Corrientes |
| 127 | Tipos de Buceo en Corrientes |
| 129 | Equipo para el Buceo en Corrientes |
| 131 | Técnicas y Procedimientos del Buceo en Corrientes – Comienzo de la Inmersión |
| 135 | Técnicas y Procedimientos del Buceo en Corrientes – Descensos, Ascensos y Salidas |
| 139 | Peligros y Problemas del Buceo en Corrientes |

Buceo con Traje Seco

| | |
|-----|---------------------------------------------|
| 145 | Introducción |
| 146 | El Calor, el Agua y el Buceador |
| 147 | Trajes Húmedos y Trajes Secos |
| 149 | Tipos y Características de los Trajes Secos |
| 153 | Ponerse un Traje Seco |
| 155 | Control de la Flotabilidad con Traje Seco |
| 157 | Manejo de Emergencias con Traje Seco |
| 159 | Cuidados del Traje Seco |
| 161 | Reglas para el Buceo con Traje Seco |

Buceo a Multinivel y con Computador

| | |
|-----|-------------------------------|
| 165 | Introducción |
| 166 | Teoría del Buceo a Multinivel |

| | |
|-----|-------------------------------------|
| 169 | Procedimientos de Ascenso |
| 170 | Descompresión de Emergencia |
| 171 | Usar Tu Computador de Buceo |
| 174 | Equipo de Buceo a Multinivel |
| 175 | Peligros del Buceo a Multinivel |
| 178 | Planificación de Buceo a Multinivel |

Buceo Nocturno

| | |
|-----|------------------------------------------------------------------------|
| 185 | Introducción |
| 186 | El Atractivo del Buceo Nocturno y de las Actividades de Buceo Nocturno |
| 188 | Equipo de Buceo Nocturno |
| 190 | Linternas para el Buceo Nocturno |
| 195 | Planificación de Inmersiones Nocturnas |
| 197 | Estrés en el Buceo Nocturno |
| 201 | Técnicas de Buceo Nocturno |

Dominio de la Flotabilidad

| | |
|-----|--------------------------------|
| 211 | Introducción |
| 212 | Control de la Flotabilidad |
| 216 | Ajuste Fino de la Flotabilidad |
| 217 | Distribución del Lastre |
| 219 | Posición Hidrodinámica |
| 220 | Visualización |
| 221 | Forma Física |

Búsqueda y Recuperación

| | |
|-----|---------------------------------------------------------|
| 225 | Introducción |
| 225 | El Buceador Recreativo de Búsqueda y Recuperación |
| 227 | Dos Tipos de Búsqueda y Recuperación |
| 228 | El Entorno de Búsqueda y Recuperación |
| 229 | Posibles Peligros |
| 231 | Planificación de Inmersiones de Búsqueda y Recuperación |
| 233 | Búsquedas Subacuáticas |
| 238 | Procedimientos de Recuperación |

Naturalista Subacuático

| | |
|-----|-------------------------------------------------|
| 245 | Introducción |
| 246 | Introducción al Mundo Acuático |
| 250 | Percepciones Humanas de la Vida Acuática |
| 255 | Interacciones Responsables con la Vida Acuática |

Navegación Subacuática

- 263 Introducción
- 263 Existe la Navegación y por lo tanto Existe la *Navegación*
- 265 Estimación de Distancias
- 269 Navegación Natural Subacuática
- 274 Uso de Trazados Subacuáticos
- 277 Navegación con Brújula

Fotografía Subacuática

- 287 Introducción
- 288 Adecuar *Tu* Interés en la Fotografía
- 289 El Camino Rápido a la Fotografía Subacuática
- 296 La Fotografía Subacuática y el Entorno Acuático
- 297 Comprender la Iluminación para la Fotografía Subacuática
- 300 Comprender la Apertura del Diafragma y la Velocidad de Obturación
- 302 Apertura y Profundidad de Campo
- 303 Obtener la Exposición Correcta
- 306 La Película y la Fotografía Subacuática
- 307 Utilizar Flashes Subacuáticos
- 310 Técnicas Básicas de Fotografía Subacuática
- 313 Composición Fotográfica
- 314 Mantenimiento del Equipo de Fotografía Subacuática

Vídeo Subacuático

- 321 Introducción
- 322 Sistemas de Vídeo Subacuático
- 326 Principios del Vídeo Subacuático
- 332 Montaje, Desmontaje y Mantenimiento del Sistema de Vídeo Subacuático
- 335 Bucear con el Sistema de Vídeo
- 341 Unas Palabras Sobre la Edición

Buceo en Barcos Hundidos

- 345 Introducción
- 346 Razones para Bucear en Barcos Hundidos
- 348 El Buceo en Barcos Hundidos y la Ley
- 349 Peligros y Consideraciones del Buceo en Barcos Hundidos
- 354 Evaluación y Navegación en un Barco Hundido

Apéndice

- 359 Tabla de Contenidos del Apéndice
- 368 Índice