

# 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 Después 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