

Ocho pasos simples para reducir riesgos relacionados con el COVID-19 para buceadores



COVID-19 se propaga principalmente al inhalar pequeñas gotas exhaladas por una persona infectada (transmisión respiratoria) y al tocar los ojos, la nariz y/o la boca después de tocar algo que tuvo contacto con una persona infectada o donde estornudó/tosió (transmisión de contacto). Al mantenerse al tanto de ambos, la reducción de riesgos suele ser sencilla. Mantener las cosas simples generalmente funciona bien.

- 1.** No bucees si estás contagiado o puedes estarlo (síntomas), o si has estado expuesto a alguna enfermedad infecciosa. Aíslate hasta que estés sano y autorizado de acuerdo con el consejo de un médico.
- 2.** Apoya el programa espacial. En la superficie y fuera del agua, aplica distanciamiento social y respeta la separación mínima requerida localmente.
- 3.** Desinfecta/lávate las manos antes y después de tocar cualquier equipo de buceo (incluyendo el tuyo), incluso si se tocó dentro/debajo del agua. No toques el equipo de otra persona a menos que sea absolutamente necesario. No está claro que el buceo reduzca el riesgo de contacto del COVID-19, así que supón que no lo hace. Nota: Los desinfectantes para manos recomendados son 60% + de alcohol son altamente inflamables. No uses desinfectante para manos cerca del oxígeno ni una fuente de fuego. Asegúrate de que las manos estén completamente secas antes de usar cualquiera.
- 4.** Etiqueta la máscara médica. Mi máscara te ayuda a protegerte. Tu máscara me ayuda a protegerme. Sigamos los protocolos locales.
- 5.** El COVID-19 odia el buceo. Tu máscara reduce el riesgo de contacto con los ojos y la nariz, y de todos modos mantenerla es el mejor hábito siempre que estés en el agua. Respirar desde un regulador reduce el riesgo de transmisión a través de la respiración.
- 6.** Usa desempañador. Desinfecta las máscaras, los tubos de respiración, los reguladores y los chalecos de buceo antes de que otra persona los use y antes de almacenarlos. No tires 'esas cosas' fuera de tu máscara después de un buceo. Enjuaga en algún lugar adecuadamente. Evita escupir/sonarte la nariz, etc. en el agua donde otros estarán/estén. Usa pañuelos desechables de manera adecuada. Lávate/desinféctate las manos después de tocar superficies de alto contacto como barandas, manijas de puertas y de seguridad, etc.
- 7.** Compartir aire es malo. En la superficie. El buceo, el equipo de buceo y el viento afectan la dirección y la distancia que recorren nuestras exhalaciones. Mantente alerta y evita estar y tener a alguien en el "extremo receptor" cuando limpies los tubos de respiración, respires fuerte después de la apnea, etc. La respiración a través del regulador ayuda a protegerte, pero tus exhalaciones pueden afectar a alguien que está demasiado cerca y no use un regulador.
- 8.** Pero compartir aire puede ser realmente importante bajo el agua. Por lo tanto, no pruebes respirar de la segunda etapa alternativa, en vez de eso prueba purgarlo durante la revisión del equipo, pero déjelo desinfectado en caso de que alguien lo necesite. O bien, prueba respirar de él y luego vuelve a desinfectarlo.



PADI®

Seek Adventure. Save the Ocean.™