

mondosommerso

INTERNATIONAL OCEAN MAGAZINE dal 1959

AVVISO: la rivista "mondosommerso" è pubblicata da Edizioni Olimpia s.p.a. - via S. Felice 10, 00187 Roma - tel. 06/4782111 - www.mondosommerso.it - ISSN 1120-3546 - N. 1-2 € 5,90



Polinesia oltre i confini del bello



Relitto Linz
Il Titanic d'Austria



Indonesia
Aloita, nuovo paradiso



Speciale attrezzature
Le mute stagne del 2010

EDITORIALE OLIMPIA



www.mondosommerso-online.it





Immersioni sotto il ghiaccio

Tutte le precauzioni e i controlli da fare prima di decidere di provare questo tipo di esperienza.

Ricca di soddisfazioni ma anche molto impegnativa di **Laura Vernotico** – foto **Sandro Rizzetto**

“Ma chi te lo fa fare?”. Questa è la frase che si sente dire più spesso quando si parla di immersioni sotto i ghiacci. In effetti sono immersioni particolari che, se non effettuate con le dovute attrezzature e soprattutto con gli imprescindibili accorgimenti di sicurezza, possono essere molto rischiose. È molto importante anche accertarsi dell'idoneità psicofisica attraverso una visita specialistica eseguita da un medico sportivo con specifiche competenze subacquee, in quanto si tratta di immersioni particolarmente impegnative sia da un punto di vista fisico (temperatura molto bassa dell'acqua) sia da un punto di vista psichico (impossibilità di riemergere in qualsiasi momento). L'idoneità deve essere del tipo “tutto o nulla”, ovvero il subacqueo non deve presentare la minima controindicazione all'attività subacquea (non è possibile un'idoneità con limitazioni).

Se però le condizioni psicofisiche del subacqueo sono a posto, tutto è stato preparato nel modo migliore, ci sono buone condizioni meteo e c'è una bella compagnia, allora l'im-

mersione sarà condotta in sicurezza e risulterà sicuramente bellissima.

Per affrontare nella maniera migliore questa tipologia di immersioni è assolutamente raccomandato un corso specifico tenuto da istruttori specializzati. **Diego Aldegani**, istruttore subacqueo specializzato del **Bolzano Sub** ci illustrerà sinteticamente nelle prossime righe alcuni accorgimenti da adottare in questo tipo di immersioni.

L'immersione sotto i ghiacci deve essere considerata alla stessa stregua di un'immersione in grotta, nella quale è obbligatorio ritrovare la via d'uscita. Devono perciò essere adottate tutte le precauzioni affinché tutto avvenga in sicurezza.

L'immersione sotto i ghiacci si svolge quasi sempre in un laghetto di montagna e, anche se viene condotta in pochi metri d'acqua e con tempi di permanenza brevi (di conse-

guenza senza obblighi decompressivi) bisogna sapere come comportarsi nelle immersioni in quota: per questo e per gli altri aspetti visti precedentemente deve essere considerata



un'immersione impegnativa. Il principale problema è il fatto di non poter uscire dall'immersione in qualsiasi momento. Questo significa fa-

re una programmazione volta a prevenire ed eventualmente risolvere qualsiasi inconveniente si dovesse presentare. È assolutamente obbligatorio essere sagolati al punto di uscita e, nel caso sia la prima esperienza in ambiente chiuso, è consigliabile passare la prima parte dell'immersione nelle vicinanze del foro per adattarsi all'ambiente. All'atto della visita medica (eseguita da un medico sportivo con competenze subacquee specifiche) è necessario valutare che il subacqueo non presenti stati di malessere fisico o psichico che possono risentire dell'ambiente chiuso. Se si soffre di claustrofobia, il rischio è quello di non saper gestire la situazione di stress che può portare ad un vero e proprio attacco di panico, estremamente pericoloso sott'acqua in quanto mette a rischio la vita del subacqueo e dei compagni di immersione.

È molto importante riscaldare l'organismo anche dall'interno con un'alimentazione mirata: è raccomandato assu-



mere cibi e bevande calde e spuntini "energetici". Consigliata colazione con thè / caffè e biscotti oppure cioccolata in tazza; spuntino con thè caldo accompagnato da fette biscottate e miele o marmellata oppure un po' di cioccolato fondente.

Attenzione alla pesata perché normalmente serve almeno 1 kg in più in virtù del fatto che l'immersione viene svolta in pochi metri d'acqua.

Deve essere sempre presente

un sommozzatore di assistenza all'esterno con la muta già indossata e il gruppo pronto. L'entrata in acqua deve avvenire gonfiando il jacket a bocca e senza respirare dall'erogatore, questo infatti è il momento in cui più facilmente ghiaccerà. Una volta in acqua, ancora in superficie, non si deve pinneggiare per evitare di alzare sedimenti dal fondo e si comincerà l'immersione. Bisogna iniziare a respirare dall'erogatore solo dopo che i primi stadi so-

no completamente sommersi. Particolare attenzione va dedicata al controllo di coppia. Il mantenimento dell'assetto deve essere ottimale e la tecnica di pinneggiata volta appunto ad evitare di sollevare sedimenti. All'uscita ci si toglie immediatamente il gruppo, chiudendo le rubinetterie, e si apre la cerniera della muta stagna prima che ghiacci. Poi si può fare il resto con calma.

Vista la complessità delle immersioni sotto i ghiacci, qua-

li sono le ragioni per cui si fa questo tipo di attività? Perché lo spettacolo di forme e colori che il ghiaccio può creare sott'acqua è meraviglioso. Sono davvero bellissimi i giochi di luce, le bolle d'aria che corrono sotto la lastra, i tunnel creati dall'inizio dello scioglimento del ghiaccio nonché foglie, rami e sassi in esso intrappolati. La sensazione di calma che regna sotto i ghiacci in questa penombra interrotta da lame di luce è indescrivibile.

