



## ONCE COSAS QUE LOS KAYAKISTAS DEBEN SABER SOBRE LOS NADADORES

1. El nadador no puede ver más allá de dos metros, distancia que se reduce con las olas, y por supuesto no puede anticiparse a cosas como algas o medusas. Sin embargo podrá vernos sin dificultad si nos situamos cerca de él y llamamos su atención.
2. El nadador no puede oír bien. Lleva los oídos sumergidos la mayor parte del tiempo, y pueden llevar tapones. Si queremos llamar su atención, debemos acercarnos a una distancia prudencial, colocarnos en el lado por el que más frecuentemente saque la cabeza para respirar, elevar la voz y/o usar un silbato o bocina.
3. Es fácil que el nadador pierda el rumbo correcto. Una de las principales funciones del kayakista es advertir al nadador de la deriva, para que la corrija.
4. Un kayak no es una embarcación de rescate. En caso de que un nadador esté en problemas, levanta la pala y haz sonar el silbato para que acuda una embarcación de salvamento.
5. Si un nadador está nervioso, cansado o en estado de pánico no debes dejar que se acerque al kayak, porque puede agarrarse al kayak y hacerte volcar, y ya no podrás ayudar. Si es posible, conviene entablar una conversación con el nadador en apuros antes de acercarse a él para valorar si está calmado.
6. Si un nadador ha sufrido un calambre y está tranquilo, puedes estirarle la pierna si se coloca flotando boca arriba y la extiende sobre la cubierta delantera del kayak.
7. Si un nadador sufre un desvanecimiento, levanta la pala, haz sonar el silbato y tírate al agua para tratar de mantener su cabeza a flote.
8. No trates de subir nunca a un nadador a tu kayak (por ejemplo si hay medusas). Los dos acabaréis en el agua.
9. Presta especial atención a los canales náuticos. Usualmente la organización de la prueba bloquea la entrada y salida mientras los nadadores lo cruzan, pero puede haber falta de control.
10. No olvides nunca tu material de seguridad: Chaleco, cubre bañeras, silbato, cabo de rescate y flotador de pala. Y en verano, gorra y protector solar.
11. Nunca salgas del agua hasta que el último nadador haya salido de ella. Si terminas tu acompañamiento, vuelve atrás para seguir ayudando. En la cola de la carrera es donde pueden producirse más problemas.