



# FORMULARIO DE DECLARACIÓN DE SALUD PARA BUCEAR Y COVID-19

Este es un ejemplo de un Formulario de Declaración de Salud que un centro de buceo o un profesional del buceo, pueden querer adoptar y presentar a los clientes y alumnos de buceo, antes de emprender cualquier actividad acuática.

El Formulario no sustituye al [Cuestionario Médico Subacuático \(UHMS 2020\)](#), sino que lo integra con información específica relacionada con la emergencia por la COVID-19. El formulario ha sido elaborado por el equipo médico de DAN Europe, basándose en la información disponible en el momento de su redacción. La situación epidemiológica evoluciona constantemente y este documento puede estar sujeto a cambios y actualizaciones. Le recomendamos que consulte siempre la versión más actualizada, disponible en [www.daneurope.org](http://www.daneurope.org)

Le atentamente antes de firmar: Si desea participar en un programa de formación de buceadores o en cualquier actividad de buceo, deberá cumplimentar este formulario, verificando su aptitud para bucear en el momento de la solicitud. Si eres menor de edad, uno de tus padres o tu tutor legal deberá firmar el formulario.

## POR LA PRESENTE, DECLARO

Que no padezco actualmente ninguno de los síntomas típicos y potencialmente relacionados con la infección por el SRAS-CoV2, incluidos, entre otros, los siguientes: temperatura corporal  $\geq 37,5^{\circ}\text{C}$ , tos, dolor de garganta, rinitis, astenia, disnea, mialgia, diarrea, anosmia, ageusia, dificultad para respirar, dolor de garganta, infección pulmonar, dolor de cabeza, pérdida del gusto, diarrea

SI NUNCA HAS CONTRAÍDO COVID-19	SI HA CONTRAÍDO COVID-19 UNA O MÁS VECES EN LOS ÚLTIMOS 18 MESES
<p><input type="checkbox"/> Ya me he vacunado contra el SARS-CoV-2 en los últimos 6 meses</p> <p>▶ <i>No existen contraindicaciones particulares para la inmersión</i></p> <p><input type="checkbox"/> • No he recibido la vacuna contra el SRAS-CoV-2 en los últimos 6 meses</p> <p><input type="checkbox"/> • No he estado en contacto directo o cerca de una persona que haya dado positivo en las pruebas de COVID-19 en la última semana</p> <p>▶ <i>No existen contraindicaciones particulares para la inmersión</i></p> <p><input type="checkbox"/> • No he recibido la vacuna contra el SARS-CoV-2 en los últimos 6 meses</p> <p><input type="checkbox"/> • En la última semana, he estado en contacto directo o cerca de personas que han dado positivo en la prueba de COVID-19</p> <p>▶ <i>Para poder bucear, adjunte un resultado negativo de un hisopo molecular (PCR) para el SARS-CoV2 realizado en las últimas 48 horas</i></p>	<p><input type="checkbox"/> • He contraído recientemente COVID-19 (últimos 90 días)</p> <p><input type="checkbox"/> • De forma leve, como una gripe, sin afectación pulmonar</p> <p><input type="checkbox"/> • Ya me he sometido a un examen de aptitud para el buceo.</p> <p>▶ <i>No existen contraindicaciones particulares para el buceo</i></p> <p><input type="checkbox"/> • He contraído COVID-19, no recientemente (han pasado más de 90 días)</p> <p><input type="checkbox"/> • Ya me he sometido a un examen de aptitud para el buceo</p> <p><input type="checkbox"/> • Ya he recibido una o dos dosis de la vacuna en los últimos 6 meses</p> <p>▶ <i>No existe ninguna contraindicación particular para bucear</i></p> <p><input type="checkbox"/> • He contraído COVID-19, no recientemente (han pasado más de 90 días)</p> <p><input type="checkbox"/> • Ya me he sometido a un examen de aptitud para el buceo</p> <p><input type="checkbox"/> • No he recibido la vacuna</p> <p><input type="checkbox"/> • En la última semana, he estado en contacto directo o en estrecha proximidad con personas que dieron positivo en la prueba de COVID-19</p> <p>▶ <i>Para poder bucear, adjunte un resultado negativo de un hisopo molecular (PCR) para el SARS-CoV2 realizado en las últimas 48 horas</i></p> <p><input type="checkbox"/> He contraído COVID-19 y no me he sometido a un examen de aptitud para el buceo</p> <p>▶ <i>Se recomienda encarecidamente un examen de aptitud para el buceo antes de volver a bucear. Adjunte a este formulario el certificado de aptitud para el buceo.</i></p>
<p>Ha recibido ya una o más dosis de la vacuna?   Ha realizado una prueba de COVID en las últimas 48 horas?   ¿O se ha recuperado después de contraer COVID?</p> <p>➤➤ <i>Por favor, adjunte el correspondiente certificado, ya sea impreso o en formato digital</i></p>	

- La información que he proporcionado sobre mi historial médico es exacta a mi leal saber y entender. Acepto que cualquier omisión en la aportación de detalles sobre mi estado de salud, actual o pasado, es mi responsabilidad.
- También acepto informar a \_\_\_\_\_ de cualquier síntoma que experimente después de completar esta declaración y/o después de estar en contacto con alguien que haya dado positivo en la prueba de COVID-19, después de firmar esta declaración.
- Me comprometo, si se me pide, a llevar una mascarilla protectora mientras participe en todas las actividades organizadas por \_\_\_\_\_ y a tomar todas las medidas preventivas razonables que pueda solicitar \_\_\_\_\_ o cualquier autoridad pública competente.
- Me comprometo a respetar todas las instrucciones proporcionadas por \_\_\_\_\_ para cumplir con la normativa aplicable en materia de prevención de la transmisión de virus, incluida la necesidad de que se me tome la temperatura corporal, si se solicita, antes de participar en las actividades de buceo.
- Reconozco y acepto que este cuestionario puede ser compartido por \_\_\_\_\_ con las autoridades o proveedores de servicios apropiados para garantizar la seguridad de cualquier tercero que pueda haber estado en contacto conmigo antes, durante o después de las actividades de buceo.

Nombre completo

Fecha

Nombre completo del padre/  
tutor (si procede)

Fecha

Firma

Firma



# RECOMENDACIONES MÉDICAS

La COVID-19 comparte muchos de los síntomas de otras neumonías víricas graves, que requieren un periodo de convalecencia antes de volver a las actividades normales, un proceso que puede durar semanas o meses dependiendo de la gravedad de los síntomas (1).

## APTITUD PARA BUCEAR DESPUÉS DE LA COVID (2, 3)

- Los buceadores que hayan dado positivo en las pruebas de COVID-19, pero que hayan permanecido completamente asintomáticos, deben esperar al menos **UN mes** antes de solicitar una evaluación médica de aptitud para el buceo por parte de un especialista en medicina subacuática.
- Los buceadores afectados por COVID-19 sintomático deben esperar al menos **TRES meses** antes de solicitar una evaluación médica de aptitud para el buceo por parte de un especialista en medicina subacuática.
- Los buceadores que hayan sido hospitalizados debido a síntomas pulmonares relacionados con la COVID-19 deben esperar al menos **TRES meses** antes de solicitar una evaluación médica de aptitud para el buceo por parte de un especialista en medicina subacuática, que incluya una evaluación completa de la función respiratoria (al menos FVC, FEV1, PEF25-50-75, RV, FEV1/FVC, prueba de esfuerzo con medición de la saturación de oxígeno periférica), así como una tomografía computarizada pulmonar de alta resolución.
- Los buceadores que hayan sido hospitalizados debido a síntomas cardíacos relacionados con la COVID-19 deben esperar al menos **TRES meses** antes de solicitar una evaluación médica de aptitud para el buceo por parte de un especialista en medicina subacuática, con evaluación cardiológica que incluya ecocardiografía y prueba de esfuerzo (ECG de esfuerzo).

## APTITUD PARA EL BUCEO DESPUÉS DE LA VACUNACIÓN

En la documentación proporcionada por la Agencia Europea del Medicamento (EMA), como parte del proceso de evaluación de la vacuna con respecto a las vacunas aprobadas para su uso en Europa, se ha señalado que pueden producirse algunas reacciones adversas tras la vacunación.

Estos efectos secundarios son generalmente leves y habitualmente comunes a cualquier tipo de vacuna, p. Ej. dolor de cabeza, fiebre leve, náuseas, dolor en el lugar de la inyección, mareos, trastornos gastrointestinales, linfadenopatía, eventos tromboembólicos, etc. Se ha demostrado que los efectos secundarios ocurren principalmente entre 12 y 48 horas después de la vacunación y, en casos aislados, los síntomas pueden extender hasta 7 días. Los efectos secundarios graves como la anafilaxia, afortunadamente, son extremadamente raros y se han observado principalmente en personas con alergias múltiples; suelen aparecer de forma inmediata, en los primeros 30 minutos siguientes a la vacunación. Los efectos secundarios también se notificaron con mayor frecuencia después de la segunda dosis de la vacuna.

Aunque la gran mayoría de los efectos secundarios notificados hasta ahora son leves y no ponen en duda de ninguna manera la seguridad de las vacunas aprobadas, pueden acentuarse aún más con las condiciones de buceo, como la inmersión, la presión y el entorno hipóxico / hiperóxico. Además, es posible que algunos de los efectos inmunológicos de la vacuna COVID-19 puedan influir temporalmente en el riesgo de enfermedades relacionadas con el buceo. Los casos anecdóticos de síntomas posiblemente relacionados con la enfermedad por descompresión (DCI) después de inmersiones sin incidentes en el rango seguro para DCI, han causado cierta preocupación en las comunidades de buceadores.

En este momento, no hay evidencia disponible con respecto al impacto de las condiciones de buceo en la severidad de los efectos secundarios, ni en el impacto resultante en el desempeño de los buceadores con respecto a la seguridad del buceo. Teniendo en cuenta que estas vacunas son nuevos productos farmacológicos, y para garantizar que los efectos secundarios descritos anteriormente no interfieran con la realización de ninguna tarea relacionada con la seguridad, nos gustaría llamar la atención de la comunidad de buceo sobre la información y las pautas proporcionadas por la [OMS](#), [EMA](#), y [ECDC](#) sobre la vacunación contra COVID-19 (ver referencias), y agregaríamos las siguientes recomendaciones específicas para los buceadores:

- En vista de la necesidad de contener o poner fin a la pandemia del COVID-19 lo antes posible y debido a que, en este momento, la vacunación generalizada parece ser la única forma de lograrlo, **es muy recomendable que todas las personas reciban la vacuna para el COVID-19** tan pronto como las mismas estén disponibles, de acuerdo con el plan nacional de implementación de la vacuna del COVID-19.
- **Los buceadores deben considerar un período de espera mínimo de 7 días** después de cada dosis de la vacuna COVID-19, antes de participar en actividades de buceo con gas comprimido o con apnea.
- Se recomienda extender este intervalo a 14 días para los buceadores
  - a. Que han tenido efectos secundarios después de la vacunación que persisten durante más de 48 horas
  - b. Con factores de riesgo de salud como, pero no limitado a:
    - i. Peso corporal excesivo
    - ii. Enfermedad metabólica crónica (incluida la diabetes)
    - iii. Fumadores
    - iv. Uso de medicamentos que pueden aumentar el riesgo de episodios tromboembólicos (incluidos los anticonceptivos orales)
    - v. O cualquier combinación de los anteriores
  - c. Quienes deseen realizar inmersiones que requieran habilidades técnicas específicas o que superen los límites del buceo recreativo sin descompresión (buceo técnico, buceo con descompresión profunda)
- Se recomienda a los buceadores que **consulten con su médico de cabecera en caso de que los efectos secundarios de la vacuna COVID-19 persistan durante más de 48 horas** después de la vacunación.
- En caso de que aparezcan síntomas, posiblemente relacionados con la enfermedad del buceo, después de inmersiones aparentemente de bajo riesgo realizadas en el período de 7 días después de la vacunación del COVID-19, **se recomienda consultar con un especialista en medicina del buceo**. Alentamos a todos los buzos y a las federaciones de buceo y sociedades científicas locales a que informen de tales incidentes a la División Médica de DAN Europe en [medical@daneurope.org](mailto:medical@daneurope.org)
- Como la vacuna del COVID-19 no protege completamente contra la posibilidad de transmisión del virus SARS-CoV2 a otras personas, todos los buceadores, vacunados o no, **deben seguir manteniendo las medidas de protección (distancia, máscara, higiene)**.

## REFERENCES

- (1) [European Centre for Disease Prevention \(ECDC\) - Overview of the implementation of COVID-19 vaccination strategies and vaccine deployment plans in the EU/EEA.](#)
- (2) [ECDC - COVID-19 vaccination and prioritisation strategies in the EU/EEA.](#)
- (3) [European Medicines Agency \(EMA\) - Comirnaty EPAR - public assessment report](#)
- (4) [EMA - Comirnaty - Procedural steps taken and scientific information after the authorisation.](#)
- (5) [EMA - COVID-19 vaccine Moderna- EPAR-public assessment report.](#)
- (6) [EMA - COVID-19 vaccine AstraZeneca - EPAR-public assessment report](#)
- (7) [World Health Organization \(WHO\) - Guidance on developing a national deployment and vaccination plan for COVID-19 vaccines.](#)
- (8) [WHO COVID-19 vaccines technical documents.](#)