

.LA PRESSION DANS L' EAU.

+ 5000 mètres _____ Pression atmosphérique = 0,5 BAR

0 mètre au bord de la mer Pression atmosphérique = 1 BAR

..↓
moins 10 mètres **Une colonne d'eau de 10 mètres= pression hydrostatique = 1BAR**
2 BARS

..↓
moins 20 mètres **Pr Atmosphérique + Pr Hydrostatique = P Ambiante** 3 BARS

↓
moins 30 mètres 4 BARS

La Pression hydrostatique se dit aussi Pression Relative.... La Pression Ambiante se dit aussi Pression Absolue
.La Pr Atmosphérique + la Pr Relative = la pression Absolue

LE FROID

Température centrale = 37°c Température cutanée = 33°c
La température de neutralité thermique est **de 23°c dans l'air** **de 34°c dans l'eau**

LE CORPS SE REFROIDIT 25 FOIS + VITE DANS L'EAU

En piscine, t° de l'eau 27°, à 26° l'eau est froide, mais meilleure portance.
bébé nageur minimum 30°.

SYMPTOMES

Chair de poule, tremblements, frissons.

Aucun intérêt a la plongée et diminution de l'habilité

CES REACTIONS DE DEFENSE peuvent FAVORISER des accidents de plongée

CONDUITE A TENIR

Fin de plongée, sortir de l'eau.

Se réchauffer (pas n'importe comment, pas d'alcool, ne pas frotter, Retirer la combine, couvrir, boissons chaudes, O2 et évacuer si nécessaire)

PREVENTION

Equipements adaptés (tenue 5 à 7mm avec cagoule, chaussons, gants).

Alimentation riche en sucre lent.

Limiter la durée de la plongée(conditions défavorables) et fin de plongée dès les 1^{er} symptômes.

VISION SOUS L'EAU

ABSORPTION DE L'INTENSITE LUMINEUSE :

0m : 100%
1m 40%
10m 14%
20m 7%
40m 1,7%
disparaît

DISPARITION DES COULEURS :

2m le rouge modifié
5m le rouge disparaît
10 à 15m l'orangé disparaît
15 à 25m le jaune disparaît
25 à 60m le violet, le bleu-vert
60m monochrome
400m noir total

AVEC UN MASQUE

la vision est rapprochée : la distance apparente = la distance réelle X $\frac{3}{4}$

la vision est grossie: la taille imaginaire = la taille réelle X $\frac{4}{3}$

L'ACOUSTIQUE:

L'eau est un meilleur conducteur acoustique que l'air. Les sons se propagent à 1500m/s dans l'eau, leur vitesse dans l'air n'est que de 330m/s.