

# Grupo de Investigación en Actividades Acuáticas y Socorrismo



## Informe sobre el bañador Ki-Flot



**Dr. José Palacios Aguilar**

Coordinador del Grupo de Investigación en Actividades Acuáticas y Socorrismo

Profesor Titular de la Universidad de A Coruña

**Dña. Sonia Prieto González**

Licenciada en Educación Física

Socorrista Acuático Profesional

## Introducción

El Grupo de Investigación en Actividades Acuáticas y Socorrismo (GIAAS) de la *Universidade da Coruña* ha llevado a cabo un estudio piloto acerca de la mejora que puede suponer la utilización del bañador Ki-Flot por socorristas y aficionados a la natación.

El estudio se ha efectuado durante los meses de febrero, marzo y abril de 2018 en piscinas de Oleiros y Vigo.

El GIAAS declara que no existe conflicto de interés en este estudio. No existe ningún acuerdo económico entre la empresa que fabrica y distribuye este material, ni se recibe compensación económica por la participación en el estudio o la elaboración del presente informe.

Estudios de este tipo contribuyen a la consecución de objetivos propios del GIAAS:

- Desarrollar el socorrismo, relacionando sus ámbitos académico, científico, educativo y profesional.
- Prevenir incidentes acuáticos, ahogamientos y sus graves secuelas.
- Incidir en la reducción del número de muertos en el medio acuático.

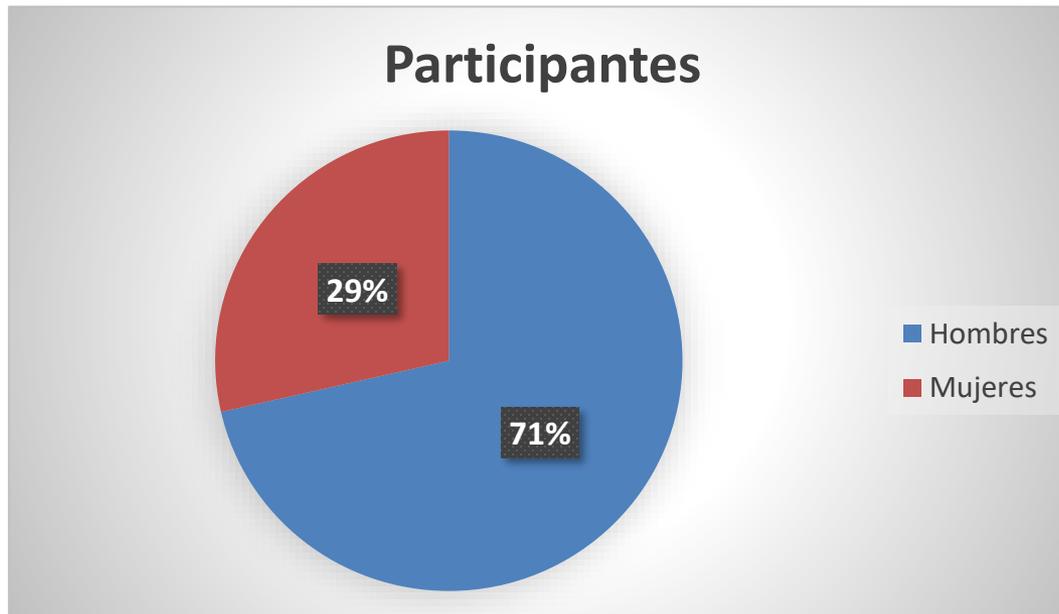
**Datos de los participantes en el estudio**

**Participantes -> 26**

**Edad media -> 35 años**

**Hombres -> 20**

**Mujeres -> 6**



## Resultados

A continuación se incluye el resultado del promedio en la mejora del tiempo obtenido en la prueba de **100 m. nado libre** y las sensaciones más comunes y frecuentes en las personas participantes en el estudio. La toma de tiempos se realizó en piscinas de 25 m., siempre en primer lugar sin el bañador Ki-Flot y después de un descanso de más de 15 minutos con el bañador Ki-Flot.

**Tiempo medio de mejora utilizando el bañador Ki-Flot -> 6 segundos 7 décimas**

### **Sensaciones positivas de los participantes:**

- Se percibe claramente una mayor flotación, mejor que con otros materiales pensados para dar flotabilidad a las piernas.
- Se aprecia una mayor comodidad en el agua. Algunos participantes se sienten tan cómodos que solicitan finalizar su entrenamiento con el bañador.
- Se nota una mejor propulsión de piernas, que se puede conseguir sin incrementar esfuerzos.
- Se siente mayor eficacia en la técnica global de nado e, incluso, se advierte una mayor velocidad de nado.

### **Sugerencias de los participantes:**

- Algunos preferirían que el bañador fuera algo más fino.
- Algunos disminuirían la flotabilidad en la cintura.

### Observaciones sobre los resultados:

- Se ha constatado una diferencia entre hombres y mujeres. En mujeres la diferencia no es tan grande como en los hombres, posiblemente debido a que su flotabilidad natural ya es mejor.
- Se ha comprobado una mayor diferencia cuando los participantes tienen peores tiempos, lo que hace pensar que a peor nivel de nado más se nota la mejora que supone usar el bañador Ki-Flot.
- Se ha comprobado con varios participantes que se están especializando en socorrismo acuático que, cuando se realiza traslado de personas que simulan ser víctimas de ahogamiento (prueba de 25 nado de aproximación y 25 traslado), la mejora en tiempo al utilizar el bañador Ki-Flot se incrementa hasta casi 10 segundos de diferencia.
- Se considera probado que el bañador Ki-Flot es un buen material para la prevención del ahogamiento, puesto que permite una flotación total. Es evidente su posible aplicación a personas con limitaciones o dificultades en la movilidad de piernas.

## **Limitaciones**

- La muestra que se ha utilizado es todavía muy reducida. Es necesario incrementar sustancialmente el número de participantes en el estudio.
- No se ha contado con un periodo de adaptación al bañador. Es probable que los resultados fueran distintos si los participantes en el estudio utilizaran previamente el bañador en sus entrenamientos, sobre todo para solventar las dificultades en los virajes e impulsos en la pared.

## **Propuestas**

- Continuar el estudio incrementando el número de participantes y su diversidad, de forma que se permita comparar por grupos de especialidad y procedencia profesional.
- Añadir al estudio otro tipo de pruebas relacionadas con el rescate.
- Ampliar el estudio a otros espacios acuáticos naturales.

# Investigación Formación

Asesoramiento en Actividades Acuáticas y Socorrismo

*Estamos para ayudar.*



Grupo de Investigación  
en Actividades Acuáticas y Socorrismo  
GIAAS

[jose.palacios@udc.es](mailto:jose.palacios@udc.es)