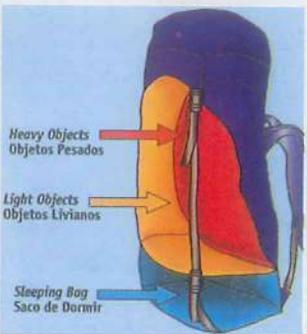


Mochilas

Que debemos saber



Nos vamos a referir a mochilas de campamento, son las específicas para hacer turismo de aventura. Existe una gran variedad en el mercado, ya que la tendencia ecológica actual es creciente. Es oportuno tener en cuenta cual es la más adecuada para la actividad a desarrollar, ya sea en el tiempo del viaje, y/o la prestación necesaria para el equipamiento.

Daremos algunos consejos, para orientar a los usuarios, en las precauciones que se deben tener en cuenta al adquirirlas.

Resistencia de los materiales

Tela CORDURA DUPONT, POLYOXFORD, RIPSTOP, antidesgarre, tela tramada con cordón de nylon \varnothing 5mm, impermeable, ignífuga, de alta resistencia, broches o Tip-Top de PVC, con mezcla de nylon con suficiente elasticidad, (no rígidos) para ser resistentes a las variaciones constantes de temperatura (+30 - 30 grados), con el objeto del no endurecimiento por el resacado o cristalización por el frío, cierres relámpagos resistentes y gruesos, bolsillos y correas bien atracados, triple costura.

Métodos de equipamiento

La forma correcta de equipar es guardando los objetos pesados en el centro de la mochila y los objetos livianos sobre ellos. Al caminar en terreno llano es preferible llevar el peso en la parte superior, en terreno ascendente en la parte central y en terreno descendente tener siempre presente en la parte inferior. En el caso de que no alcance el equipaje en el interior, se puede disponer de correas adicionales, en la cabecera, trasera y laterales para anexar objetos.

Empacar y transportar

Es importante ajustar la mochila para que se adhiera correctamente a la anatomía de la espalda, sin alterar la coordinación ni la movilidad de brazos y cuerpo. Una mochila mal ajustada o con su carga desequilibrada, puede provocar malestares en la espalda que se pueden prolongar por varios días.

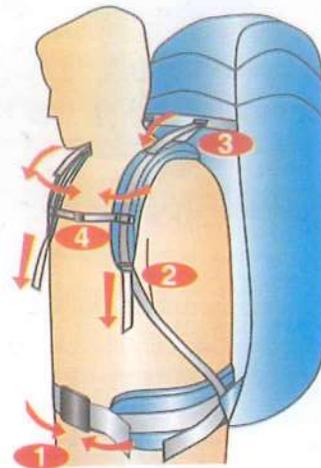
El cinturón de cadera está construido de modo que sea capaz de absorber mucho peso y otorgar gran movilidad al desplazarse, la mochila debe permanecer inmóvil a los movimientos continuos del cuerpo.

Como ajustar una mochila

Una vez llena, regular el respaldo si la mochila tiene espalda ajustable (regu-

lación de la distancia entre hombros y el cinturón de la cadera, por la parte del respaldo). Aflojar las otras regulaciones de la mochila y a continuación seguir los pasos detallados:

- 1) Ajustar el cinturón ubicándolo a la altura de la cintura de los hombres y a la altura de las caderas de las mujeres.
- 2) Regular los tirantes de hombros, tirando de la cinta de frente hacia abajo para adherirlos alrededor de todo el giro de la espalda.
- 3) Tensar la regulación de los tirantes que se encuentran a la altura del cuello llevando la mochila hacia la espalda a fin de aumentar la estabilidad.
- 4) Finalmente poner la cinta pectoral de 2 a 4 cm de las clavículas y tensarla.



Capacidades.

El volumen de las mochilas se mide en m³ o litros, de acuerdo al físico de cada persona y fuerza, es aconsejable proteger la columna vertebral siempre evaluando la carga.

Accesorios

Dos compartimentos principales, 2 ó 4 bolsillos laterales, cabezal desmontable, cubremochila impermeable y fluorescente, banda refractaria de luz, respaldo acolchado con poliuretano en alta densidad, recubierto con malla antitranspirante. Barras de aluminio de interior, correas adicionales en cabecera, porta colchonetas o bolsas de dormir, correas porta objetos adicionales, por ejemplo: Palas, piquetas, cantimploras, brújulas, mosquetones, sogas, etc.

En esta reseña, creemos haber brindado los principales puntos que debemos saber sobre mochilas, y tener en cuenta en el momento de elegir o aconsejar.