



Quan preparem una sortida, especialment si aquesta és hivernal, i precisament en el moment de tancar la motxilla, sempre ens ve un dubte: Quina roba m'emportaré?, farà fred?, plourà?, porto massa roba?, massa poca?...

Avui en dia, gràcies als nous teixits tècnics, s'ha imposat un sistema de vestir-se anomenat de "capes" que consisteix a col·locar-nos la roba com si fossim una ceba. Això ens permet afinar millor el que necessitem en cada moment amb tan sol posar-nos o treure'ns peces. El millor és portar varies capes aïllants i lleugeres i no pas una de molt gruixuda, ja que entre aquestes capes es creen cambres d'aire que atrapen l'aire calent que genera el nostre cos, que és en definitiva el que ens proporciona l'escalfor.

ES IMPORTANT RECORDAR QUE LA ROBA NO ESCALFA PER ELLA MATEIXA, EL QUE FA ES EVITAR QUE S'ESCAPOLEIXI L'AIRE CALENT PRODUÏT PEL COS HUMÀ EN LA SEVA ACTIVITAT.

I com traduïm tot això a la pràctica? Veiem doncs cada una de les capes:

- La Primera capa o segona pell, és la que abans anomenàvem roba interior, es la peça que en principi es manté sempre posada. Té com a missió principal evacuar la suor fruit de la transpiració i mantenir el cos sec. Actualment, aquesta roba és construïda amb teixits sintètics (polipropilè) amb gran capacitat absorbent i que s'eixuga molt ràpidament, és confortable, lleugera i solen portar tractaments antibacteris per prevenir les males olors. Ens interessa que siguin ajustades i prou llargues per cobrir la zona lumbar. Tenen versió d'estiu (cool) i d'hivern (therm). A l'estiu es poden convertir en capa única, podent triar una més calenta o més fresca.

- La segona capa o peces intermèdies. Aquesta capa ha de contribuir a l'aïllament tèrmic, es a dir, es la peça que realment ens ha de mantenir calents, però al igual que la primera capa, ha de ser transpirable per allunyar-nos la suor del cos i portar-la cap a l'exterior. Avui en dia, el jersei de llana de tota la vida ha estat substituït pels folres polars. Aquests folres (pelfes) són fets per fibres sintètiques que ofereixen grans avantatges perquè són transpirables, escalfen, no absorbeixen gairebé aigua i s'assequen ràpidament. La seva capacitat d'aïllament és major i amb menys pes si la comparem amb la llana i no perden totalment la seva capacitat aïllant encara que estiguin molles. Dins de l'ampli ventall de possibilitats que ens ofereixen els fabricants, podem trobar algunes que són: deperlants (repeleixen l'aigua però no són totalment impermeables), tallavents (fan de barrera al vent però permeten la transpiració), amb mànigues o sense, desmuntables, amb obertures de ventilació, amb diferents qualitats aïllants (Polartec 100 – 200...) etc. No haurien de ser molt voluminoses, per permetre l'ús d'una peça de protecció exterior sense fer-nos perdre mobilitat.

- La tercera capa. Són les peces exteriors. Aquesta capa ens protegirà del vent, la pluja i la neu, fa de frè contra la humitat exterior i rebrà tot el desgast degut al fregament. Aquestes peces de roba actuen de barrera, però la seva capacitat aïllant és mínima (abriguen poc). Es poden dividir en transpirables i no transpirables. Les no transpirables són aquelles que impedeixen l'entrada de l'aigua, però també la sortida de la suor. Són els típics cangurs i les "capelines" (capa d'aigua o ponxo de plàstic). L'inconvenient d'aquestes peces és que si l'exercici físic és continuat, la suor ens mulla més que la pluja, creant una sensació molt i molt desagradable. Un consell: oblida't de la capelina. Les transpirables són aquelles que deixen sortir la suor i a més són totalment impermeables. Totes estan basades en làmines de tefló microporós, el seu secret està en els seus porus microscòpics que són més petits que una gota d'aigua però més grans que el vapor generat per la nostra transpiració.

Robert W. Gore va inventar aquest teixit partint del politetrafluoretilé (PTFE) i li va posar Gore-Tex i va crear una companyia per fabricar-lo, totes les marques de roba que volen usar la lamina de Gore-Tex en els seus productes han de pagar uns drets econòmics molt elevats, per això, aquestes peces són les més cares de l'equip i un s'ho ha de pensar dues vegades abans de comprar-les. De tota manera, hi ha fabricants que han desenvolupat versions pròpies del Gore i els hi han donat altres noms, com ara: Membrain (Marmot), Conduit (Mountain Hardware), Sympatex (Vaude), Textrem (Solo Climb), Powertex (Salewa), Ozone (Diamir), Triple Point (Lowe Alpina), H2NO (Patagonia), Omnitech (Columbia), etc....

Hem de triar doncs, un teixit que ens ofereixi un equilibri entre impermeabilitat i transpirabilitat; entre resistència, lleugeresa i durada, entre preu i qualitat. Com és una peça d'elevat preu hem de tenir present l'ús que li donarem segons la nostra activitat habitual i comprar la que s'ajusti més a allò que fem.

pqueralt@feec.org