Casc i cervell van de la mà

Celes Piedrabuena
Toni Grases

Com va demostrar recentment el bicampió mundial de motos, Àlex Crivillé, no n'hi ha prou amb tenir cap i posar-se el casc, ja que és necessari que l'usuari de les motos, en aquest cas l'esquiador, faci compatible el cervell i el gas per evitar en la mesura del possible les situacions de risc, caigudes i accidents.

Ara bé, si no es va ben equipat, si aquest material no és l'adequat i si no se'n fa un bon ús, de res serveix prendre el major nombre de precaucion, fer gala d'una gran tècnica de conducció, d'una gran determinació i de tenir més reflexes que ningú. De res serveix protegir el cap davant les possibles col·lisions i impactes si no es fa servir un casc de la nostra mida i si aquest casc no està ben col·locat. Poden semblar unes paraules òbvies, però no sempre l'alumne més llest és el primer de la classe. Està bé que et deixis guiar per les teves preferències a nivell de marca i colors (ja sabem allò que el casc ha d'anar en consonància amb la resta de l'equip), però el més important és fer servir el casc que et toca, el de la teva mida; després ja vindran la resta de condicionants.

Mida correcta = ajustament òptim

Per saber la mida exacta del teu casc t'hauries de mesurar la circumferència del cap amb un metre –Foto 1–, i en funció d'aquesta mesura el casc haurà de ser d'una mida o una altra. Amb aquesta informació, el casc triat s'ha de notar còmode i sense punts de pressió, adaptant-se fermament al front i que no llisqui sobre les celles. Seguidament ajustarem el casc per sota de la barbeta –Foto 2–.

Ara ja el tenim col·locat, però hem d'acabar de constatar que és de la nostra mida: intentarem moure el casc amb les dues mans, de dreta a esquerra i d'esquerra a dreta. Si el casc s'ajusta correctament, la pell del front es mourà suaument acompanyant el casc –Foto 3–. Un cop hem encertat la mida hem de vigilar altres qüestions, com ara els forats de ventilació, la protecció extra que porta per les orelles o els sistemes que alguns models incorporen per aconseguir un ajustament millor, com el Pocito de les fotos, girant la rodeta posterior aconseguirem un ajustament perfecta, Foto 4. Seguidament, ens centrarem en la màscara, vigilant que quedi ben fixada als fixadors posteriors del casc i que encaixi perfectament a la cara, protegint-nos de la incidència dels rajos solars sobre la neu i de l'entrada d'aire lateral –Fotos 5 i 6–.

Fetes totes aquestes verificacions, ja només ens queda calçar-nos els esquís i gaudir de la millor neu, sempre amb el casc. De res serveix tenir el millor casc si ens el deixem a l'habitació de l'hotel o el portem a la motxilla. Potser passen els anys, però les paraules, encara que n'hi hagi que s'ho pensin, no se les emporta el vent, i el missatge del ja no tant "nen de Seva" 'Si tens cap posa't el casc', de 1989, segueix tan vigent com el primer dia. Després, si el vols netejar, fes servir un drap suau i aigua per a la part exterior del casc. Si et volta pel cap fer servir dissolvents i detergents pensa que poden espatllar el casc. Un cop acabi la temporada el millor és guardar el casc en un lloc fresc i sec. ❄

*Agraïments a Saorte Esports (Av.Comtes de Pallars, 25. Sort. 973 62 13 67, www.saorte.es) i a la jove Blanca de Moner Rafel. Aquestes fotografies es van fer amb el consentiment dels seus pares.

Talles	XXS	XS	S	M	L	XL
	51-52 cm	53-54 cm	55-56 cm	57-58 cm	59-60 cm	61-62 cm

1

2

3

4

5

6