**Información cascos**

El uso del casco cada vez se está extendiendo entre los esquiadores, independientemente de su experiencia sobre las pistas. Esto es debido a que está demostrado que el uso del casco reduce en el 99% de accidentes los daños sufridos en la cabeza. Por otro lado el uso del casco nos da una mayor sensación de seguridad, al no sentir el viento en la cabeza, esto puede provocar el aumento de la velocidad en los descensos. Por lo que nunca se tiene que olvidar que el mejor seguro es el sentido común.

El casco aporta **protección** contra los golpes, y el frío principalmente, siendo los últimos modelos muy ligeros y resistentes.

**Tipos de casco**

**Freeride.** Con la parte de las orejas hecha con materiales blandos. Por el tipo de caídas más sucedidas, son los más usados para la práctica de snowboard.

**Boardercross, o Race. C**ubren completamente la zona de las orejas. Más usados para el esquí ya que se producen un mayor número de caídas laterales.

El elemento de protección fija para el mentón conocido como barbuquejo, existen tanto integrados en la estructura del casco como adaptables, si se compran por separado debe mirarse que sean compatibles.

**Que saber para la compra de un casco de esquí/snow**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tamaño | S,M,L,XL | Conocer el contorno de tu cabeza, midiendo a la altura de la frente el perímetro.No debe quedarte apretado ni suelto, debes poder moverlo ligeramente pero sin girarlo, solamente unos cmsDebe resultarnos relativamente cómodos, con el tiempo la adaptación aumentará |
| Homologaciones | (CE) En1077, o la Astm F 2040 | Todos los cascos vendidos en España las pasan. Garantizan unos impactos mínimos. |
| Snell 98 americana | No todos los cascos se ven sometidos a ellas. Son más restrictivas que las anteriores.  |
| Cinta de sujeción |  | Debe quedar firme y no suelta. Posibilitando el movimiento normal sin producir daños |
| Acolchado interior  | Desmontable o fijo y total o parcial | Las desmontables facilitan su secado para un uso continuado |
| Aireaciones | Fijas o variables | Usadas para regular la temperatura, son mejores las variables porque se adaptan mejor a las condiciones externas |
| Peso | Horquilla entre 400-500gr | El menor peso aumenta la comodidad. |
| Orejeras | Desmontables, blandas  | Mejoran la audición, la temperatura en los días cálidos, también son más cómodas |
| Fijas | Aporta una mayor estabilidad estructural |
| Enganches orejeras | Llave | Mayor resistencia y más costoso su desmonte |
| grapas | Sencillos, menos resistentes |
| Reproductores de música | Mp3 | Algunos modelos tiene reproductor para el uso con el casco |
| Observaciones | Las homologaciones a las que se ha sometido un casco se recogen, en la caja o en el interior del casco, o en los dos sitiosEl uso con gafas de sol y de ventisca, salvo excepciones, es perfectamente posible sin ningún problema de comodidad. En caso de golpe las gafas de ventisca son mucho más seguras por la existencia de la cinta de las gafas. Además el casco tiene un enganche que permite la fijación total de las gafas. La cinta de las gafas se coloca por la parte externa del casco. |
| Precauciones | No dejar el casco bajo altas temperaturas y bajo insolación directaMaterial dominante en la fabricación de cascos ABSSe recomienda no pegar adhesivos en el cascoLos fabricantes recomiendan una vida útil de 5 años |
| Colocación | Por encima de las cejas.No debe molestarnos en la cara.No tiene que producir irritaciones.Debe permitir la audición, aunque siempre se encontrará lógicamente limitada.  |