

# Consells de brownsea

## Com escollir el sac de dormir

La capacitat d'aïllament i la temperatura de confort d'un sac de dormir depenen de tres característiques fonamentals:

- Qualitat de les matèries primeres de la seva fabricació.
- Estructura o disseny del sac.
- Grandària i metabolisme de la persona que el farà servir.

### 1. Qualitat de les matèries primeres

De totes les matèries primeres, la més important es la que hi ha dins del sac, essent millor aquell que sigui capaç de retenir més escalfor.

Existeixen interiors de plomissa i de fibra polièster. El primer, si posseeix un alt percentatge en plumón (90% plumón, 10% ploma) i un elevat gramatge, oferirà una major escalfor però us durarà menys. Si l'interior es de fibra polièster tindrà un escàs manteniment però una més llarga vida.

### 2. Estructura i Disseny

A mesura que el sac s'ajusti més a la forma de les persones (tipus mòmia), el sac aïllarà millor, i si té tàbics laterals repartirà uniformement l'aire calent al voltant de la persona.

### 3. Grandària de l'usuari

La complexió de la persona modificarà la temperatura de confort d'un sac d'una manera substancial. El cos humà es un generador de calor a una temperatura constant de  $36^{\circ} \pm 1^{\circ}$ .

Una persona menuda ocuparà menys volum dins del sac i, per tant, hi haurà un major volum d'aire a escalfar.

Una persona amb una complexió mitjana/gran ocuparà un major volum dins del sac i, per tant al no quedar un excessiu volum d'aire aquest arribarà a una major temperatura.

Una persona amb una complexió molt gran deixarà escàs volum d'aire per a escalfar i no aconseguirà escalfar-lo abans de què aquest hagi marxat a l'exterior.

## Temperatura

L'aire calent de dins el sac, a causa de la temperatura del cos humà, sortirà a l'exterior essent renovat per l'aire fred que és més dens. L'estructura del sac i el volum de la persona condicionaran la velocitat d'escalfament i fuga en un procés de convecció continu.

### Temperatura EXTREMA

Es la temperatura límit que pot suportar una persona de complexió menuda

### Temperatura CONFORT

Es aquella temperatura on l'individu no nota ni la calor ni el fred.

Aquesta temperatura dins del mateix sac variarà en funció del volum i el metabolisme de la persona.