



Consejos de brownsea

Como escoger el saco de dormir

La capacidad de aislamiento y la temperatura de confort en un saco de dormir dependen de tres características fundamentales:

- Calidad de las materias primas empleadas en su fabricación.
- Estructura o diseño del saco.
- Tamaño y metabolismo de la persona que lo utiliza.

1. Calidad de las materias primas

De todas las materias primas, la más importante es el relleno, siendo mejor aquél que sea capaz de retener más calor.

Existen rellenos de plumón y de fibra poliéster. El primero, si es de alto porcentaje en plumón (90% plumón, 10% pluma) y elevado gramaje, posee un mayor rendimiento calorífico pero escasa esperanza de vida; mientras que la fibra poliéster tiene un escaso mantenimiento y larga vida.

2. Estructura y Diseño

A medida que el saco esté estructurado de acuerdo con el perfil standard de las personas (tipo momia), el saco aislará mejor y si éste posee tabiques laterales repartirá uniformemente el aire caliente alrededor del usuario.

3. Tamaño del usuario

La complejión de la persona modificara la temperatura de confort de un saco de una manera sustancial. El cuerpo humano es un generador de calor a una temperatura constante de $36^{\circ} \pm 1^{\circ}$.

Una persona menuda ocupará menos volumen dentro del saco y por tanto habrá un mayor volumen de aire a calentar.

Una persona de complejión mediana/grande ocupará un mayor volumen dentro del saco y por tanto al no quedar un excesivo volumen de aire éste alcanzará mayor temperatura.

Una persona de complejión muy grande dejará escaso volumen de aire para calentar por lo que no conseguirá tampoco calentarlo antes de que éste se haya escapado al exterior.

Temperatura

El aire caliente dentro del saco debido a la temperatura del cuerpo humano se escapará al exterior quedando renovado por el aire frío más denso que el anterior. La estructura del saco y el tamaño de la persona condicionarán la velocidad de calentamiento y fuga en un proceso de convección continuo

Temperatura EXTREMA

Es la que puede soportar la persona de complexión menuda en caso límite

Temperatura CONFORT

Es aquella temperatura donde el individuo no nota ni el calor ni el frío.

Esta temperatura dentro del mismo saco variará en función de la complexión y metabolismo de la persona.