

# EL MUNDO DE LAS PARAFINAS

En este artículo trataremos de hacer un breve resumen de un amplio tema: Las Parafinas. Intentaremos plasmar los diferentes tipos de parafinas, sus precios aproximados, función, condiciones y forma de aplicación así como los principales materiales necesarios para dicha aplicación.

## **MATERIAL NECESARIO:**

### ***Material Mínimo:***

- Banco de parafinar: hay muchos tipos diferentes y cualquiera es válido, no es necesario gastarse mucho dinero, con que sea estable y sujete con fuerza el esquí es suficiente.
- Plancha: Al igual que los bancos, hay muchas marcas que fabrican planchas especiales para el parafinado de los esquís pero, en realidad, si no vamos a aplicar una parafina de gama profesional para una competición, es muy válida cualquier plancha vieja que tengamos por casa, eso si, si es el caso contrario necesitaremos una plancha en la que podamos controlar en cierta medida la temperatura de la misma y su graduación.
- Rasqueta de canales: ésta es un utensilio de plástico que sirve para, una vez aplicada la parafina, quitarla de los canales centrales y los cantos del esquí. Existen diferentes tipos dependiendo de las marcas pero, cualquiera cumple la función, es un material barato e, incluso, hay marcas que lo regalan dentro de las cajas de ceras.
- Rasqueta suela: Una vez aplicada la parafina y después de dejarla reposar el tiempo necesario para que se enfríe, esta rasqueta de plástico rectangular nos ayudará a quitar la parafina sobrante de la suela. Material muy económico.
- Cepillo de mano: Este cepillo puede ser de diferentes materiales y grosores de pelo determinando distintas durezas, se suelen utilizar dos cepillos con durezas distintas (o uno mixto) para acabar de pulir la suela. Las primeras pasadas se realizan con el cepillo de más dureza con el fin de extraer la parafina que no hemos conseguido quitar con la rasqueta y, posteriormente, se utiliza el de menor dureza para pulir la suela y dejarla en perfectas condiciones para el deslizamiento. Este es un material relativamente barato. Si quisiéramos preparar los esquís para competición se aconseja utilizar unos cepillos redondos que, a través de una barra específica, se adaptan a un taladro con el fin de proporcionar más uniformidad y velocidad al cepillado y, por consiguiente, mejor acabado.

### ***Material Complementario:***

- Termómetro: Con el fin de determinar la temperatura de la nieve para poder determinar la parafina más acorde. Material barato.
- Higrómetro: Determina la humedad ambiental, con ello podremos determinar igualmente el tipo de parafina más acorde. Las parafinas fluoradas dan mejores resultados con humedad alta. Material Caro.

- **Disolvente:** Para la limpieza del esquí antes de la aplicación de la parafina. También existen disolventes especiales para eliminar las parafinas fluoradas puestas con anterioridad.
- **Cepillo de alambres:** Este cepillo se utiliza junto con el disolvente para limpiar la suela del esquí.

## TIPOS DE PARAFINAS:

En este apartado mostraremos los diferentes tipos de parafinas basándonos en una de las principales características de las mismas: su contenido en fluor y, por consiguiente, su precio.

- **100% Fluoradas:** Este tipo de parafinas son las más caras, rondan los 120 Euros cada 30 gramos (aplicación aproximada para 10 pares de esquís). Existen diferentes formatos pero, el más común es en forma de polvos. Nunca se aplica de forma aislada sino que se aplica sobre una base de otra parafina ya planchada, rascada y pulida.
- **De Alto contenido en fluor:** Segunda en relación al contenido de fluor y precio, unos 40 Euros 40 gramos. Es en forma de bloque y es necesario derretirla para su aplicación. Puede servir como única parafina o como base para la 100% fluorada.
- **Medio contenido en fluor:** Esta parafina es más económica, su precio aproximado ronda sobre los 20-25 Euros 40 gramos. Es en forma de bloque y es necesario derretirla para su aplicación. Puede servir como única parafina o como base para la 100% fluorada.
- **Sin fluorar:** Es la gama más baja, pero no por ello la menos efectiva, en condiciones de baja humedad desliza de una manera más efectiva que la fluorada. Su precio ronda entre 12-15 Euros 40 gramos. Es en forma de bloque y es necesario derretirla para su aplicación. Sirve como parafina única y no suele utilizarse como base, ya que cuando esta parafina da buenos resultados no los da la fluorada.
- **Parafinas de Bloque:** Las casas comerciales suelen hacer este tipo de parafinas de mayor formato y economía destinadas al día a día. Su principal función es la de mantener la suela "hidratada".

\* Todas estas parafinas descritas se dividen a su vez por temperaturas para adaptarse con mayor exactitud a cada tipo de nieve. Existen paquetes llamados **Universales** con varios tipos de temperaturas dentro de la misma gama.

- Parafina con **Grafito:** es una parafina específica para el mantenimiento de la suela.
- **Aditivos:**
  1. **Silicona:** Para nieves muy húmedas. Se aplica conjuntamente con la parafina.
  2. **Aceites especiales:** Para nieves muy húmedas, incluso lloviendo. Se aplica sobre el esquí ya parafinado, rascado y pulido.

## APLICACIÓN:

1. Zona de aplicación: En esquís de estilo patinador a lo largo de toda la suela, en el caso de los esquís de clásico NO se aplicará en la zona de agarre (zona de ceras o escamas).
2. Elección de la parafina: en función de la temperatura, humedad y objetivo (entrenamiento, competitivo...).
3. Aplicación de la parafina:
  - *Parafina única o de base*: Se derrite la parafina con la plancha a una temperatura en torno a 110°-130° y se deja caer sobre el esquí en forma de goteo (no es necesaria mucha cantidad, la justa para cubrir la suela) , posteriormente se plancha la suela extendiendo la parafina por toda la suela de forma uniforme. La última pasada debe realizarse de la punta a la cola del esquí. Dejar enfriar el esquí.
  - *Parafina en polvo (100% fluorada)*: Se aplican los polvos a través del dosificador espolvoreando toda la suela (cantidad justa, el aplicar más de la necesaria es tirar el dinero sin conseguir más rendimiento). A continuación y con la plancha a una temperatura de unos 150° realizar un movimiento inicial de punta a cola chafando y derritiendo la parafina en forma de deslizamiento. Para terminar realizamos un planchado de la suela calentando la parafina lo necesario para provocar la reacción del fluor (especie de “estrellitas”) sin quemar la suela. Dejar enfriar el esquí.
4. Rascado y cepillado de la parafina:
  - *Parafina única o de base*: Con la rasqueta de canales quitamos la parafina de los canales y de los cantos (es importante realizar esta acción en primer lugar para no rallar el esquí en caso de salirnos del canal) y, posteriormente, con el otro tipo de rasqueta quitamos la parafina de la suela deslizando uno de los cantos de la rasqueta de forma transversal de la punta a la cola del esquí hasta que no salga. El cepillado lo realizaremos con uno de los dos tipos de cepillos ( de mano o de taladro), pasando en primer lugar el de pelo duro.
  - *Parafina en polvo (100% fluorada)*: con un cepillo de mano de pelo duro levantamos la parafina de la suela, en segundo lugar realizamos las pasadas de los dos tipos de cepillos redondos de taladro (Primero el más duro) y para finalizar pasamos el cepillo de mano de pelo más suave para terminar repulir lasuela.

LUIS POCH GAYOSO (“CHIPI”)  
Entrenador Esquí de Fondo y Preparador físico  
C.E.T.D.I. ARAGÓN