

### Qué necesitas

El esquí de travesía no es la excepción. Como ocurre con otras modalidades, el equipamiento es susceptible de gusto, modas y, desde luego, presupuestos. Básicamente necesitaremos: esquís (conviene aclarar que es posible hacer travesía con esquís alpinos "de pista", ya que ambas tablas son de construcción y características muy similares, por tanto en este primer capítulo podemos "economizar"), fijaciones (mandan las de placa), botas (la elección dependerá del nivel técnico del usuario) y pieles de foca (de nylon o mohair; agarre o deslizamiento).

El esquí alpino (teniendo en cuenta las instalaciones donde se practica) permite errores de elección y también reparaciones in situ, no así el esquí de travesía. Un equipamiento inadecuado o en mal estado puede abortar una jornada o, peor aún, ponernos en un serio aprieto.

### Esquís

Su rendimiento en montaña dependerá de las prestaciones, la ligereza y la fiabilidad. A la hora de elegir nuestra tabla (personal e intransferible), otro elemento a tener en cuenta es la talla. La ideal para un esquí de travesía está entre tu misma altura y 10 cm más, dependiendo de tu peso y de la mochila que suelas llevar. El esquí debe funcionar bien, agarrar en nieve dura, ser polivalente, de uso fácil a velocidades bajas, por nieves profundas o costras y tener una buena flotabilidad. Un esquí ligero es más maniobrable y reduce la fatiga en la subida (en consecuencia, el esquiador se cansa menos y las bajadas son más seguras).

### Fijaciones

Fijaciones de esquí de travesía hay pocas y buenas muy pocas. Podemos distinguir dos tipos: de placa y ultraligeras sin placa. Las primeras funcionan con todas las botas de travesía del mercado y son las más usadas.

Es muy importante limpiar y lubricar bien el eje sobre el que pivota la atadura. Un eje sucio contribuye a crear holgura en los tornillos de fijación.

### Botas

Sin duda, es la elección más complicada al estar la bota en contacto directo con el pie. ¡No preocuparse! Existe una bota adecuada para cada esquiador.

Una norma básica: si esquía mal, elija una bota de alta sujeción, pesa más pero ganará en seguridad. Si esquía bien y busca buenas prestaciones en bajada, calce una bota de gran sujeción, pero si desea ligereza y movilidad, elíjala blanda y ligera.

### Pieles de foca

Con este llamativo apelativo se conocen las tiras de pelo de sintex o mohair cortadas a cuchilla, impregnadas de cola y remachadas al sistema de fijación. Existen de diferentes anchuras y longitudes.

Las pieles de foca de sintex o de nylon son las más indicadas para principiantes y clubes, por su resistencia y polivalencia. Agarran incluso en nieves duras. Las focas de mohair deslizan mucho pero retienen menos.

### Recomendaciones

- Especial cuidado en la elección de esquís, fijaciones, botas y pieles de foca, así como en su mantenimiento.
- Equipamiento mixto para esfuerzo y frío. Muy transpirable. Preferentemente el sistema multicapas. No olvidarnos de guantes y gorro. Las gafas de ventisca son ideales. Han de proteger tanto del sol como del viento.
- Es importante proteger con cremas las partes del cuerpo que están expuestas al sol y al frío.
- En la mochila llevar siempre botiquín, cuchillas adaptables, piel de foca de repuesto, crampones y piolet.
- Salir siempre acompañado.
- Obligatorio un aparato detector de avalanchas (ARVA), pala y sonda.
- Este es un deporte duro. Sería excelente contar con los recursos de un fondista y la técnica de un esquiador de alpino.
- La travesía requiere además de físico y técnica, concentración para visualizar la intensidad del recorrido y amoldar el esfuerzo para terminar con energía. Las bajadas son potencialmente peligrosas cuando el esquiador se encuentra agotado.
- Es conveniente recordar que nos movemos por medio a priori hostil: la alta montaña invernal. Las condiciones climáticas cambian con rapidez y es fácil verse ante una espesa niebla o lluvia intensa. Por ello, es importante consultar el parte meteorológico y nivológico, iniciar nuestras salidas bien preparados, adecuar el itinerario a nuestras capacidades y salir temprano para estar de vuelta a mediodía, evitando la transformación de la nieve y el consiguiente aumento del riesgo de aludes.
- No descuides la alimentación, tanto sólida como líquida. Cuenta con espacio para agua, un litro por hora, y barritas energéticas o cualquier otra fuente de hidratos de carbono de fácil asimilación.

