

# Ropa para el Aire Libre

Escrito por Juliet Robertson

Traducción, Redacción y Fotografías por María Mayorga

*"No hay mal tiempo, sino ropa inadecuada"*

Refrán escandinavo

Tanto adultos como niños necesitamos estar calientes y confortables cuando estamos al aire libre. Todos, incluso los niños, tenemos diferentes grados de tolerancia al frío. Cuanto mayor tiempo pasas al aire libre, mayor conocedor de ropa adecuada te conviertes. Y lo mismo les ocurre a los niños cuando aprenden trucos para mantenerse calientes en invierno a través del movimiento por ejemplo, o buscar la sombra en verano.



## Consideraciones Generales

- ◆ Tratar de mantener la temperatura corporal siempre.
- ◆ Asegúrate de que llevas varias capas de ropa. El aire que está entre las capas es el que te mantiene caliente y aislado del frío.
- ◆ Evitar llevar pantalones vaqueros; son muy fríos y pesados cuando se mojan. Precisamente por esto el algodón tampoco es una buena capa de base en el invierno.
- ◆ Jerséis de lana natural de calidad o lana sintética vienen muy bien cuando hay viento así como chaquetas impermeables y petos.
- ◆ Utiliza calcetines gruesos, guantes y gorro. Las manoplas mantienen las manos más calientes que los guantes.
- ◆ Usa botas impermeables tipo katuskas o botas de agua. Deben ser lo suficientemente grandes como para permitir que los niños lleven

calcetines gordos y la suela aísle. Debe dejar espacio para que podamos mover los dedos del pie.

## Ropa para el Aire Libre - ¿en qué me fijo?

- ☀ En las chaquetas, fijarnos si lleva algún tipo de cuello/braga de lana y capucha ajustable.
- ☀ La cremallera debería tener una solapa que la tape y así proteja al niño de pillarse o hacerse daño cuando ésta está cerrada. O muestra al niño cómo cerrar la cremallera con cuidado.
- ☀ Las chaquetas deberían cubrir los cinturones de los pantalones.
- ☀ Mira si tus pantalones tienen un cordón elástico, que va a permitir que enganche el pantalón a la bota. Así evitaremos que se meta agua y mantendremos el calor sin escapes. Los pantalones deberían cubrir las botas. En las katuskas no metáis el pantalón en la bota, porque el agua entrará y se les mojarán los pies. Y si además los pantalones tienen una zona textil elástica (tipo petos de esquí), mucho mejor; así el agua no pasará incluso si saltan en charcos.
- ☀ Que la capucha sea desmontable puede venir genial si en algún momento el niño se queda enganchado. Él mismo podrá solucionarlo.
- ☀ Ropa que pueda lavarse a máquina, en lavadora. Hay algunas prendas que no admiten centrifugado.
- ☀ Los calcetines de lana son los mejores porque absorben la humedad y además mantienen el calor.
- ☀ Conviene que las botas de los niños sean resistentes y que tengan un poco de talón para un mejor agarre.



- ☂ Sombreros que tengan ala ancha tipo los del oeste nos garantizan que la lluvia no nos moje y caiga por detrás del cuello evitando que nos toque y se meta en la espalda.
- ☂ Para niños muy pequeños, manoplas impermeables. Muchas manoplas se diseñan para cubrir incluso las muñecas y tienen incluso cordón elástico para ajustárselo y evitar que se les caiga.
- ☂ Los sombreros de ala ancha son muy buenos para los días de mucho sol, que en España son muchos desde la primavera al verano. Las gorras no son tan recomendables, pues el cuello queda mucho más expuesto al sol y a quemaduras. Gorras que llevan esa protección en la parte trasera (una tela que continúa en la gorra) sí se recomiendan.

## Una buena visibilidad ayuda

Los colores negros, verdes, grises y otros asociados a la tierra o al camuflaje no son buenos para que los niños lo lleven desde el punto de vista de la seguridad. Resulta mucho más complejo localizar a niño que se ha perdido o que está corriendo en el campo con ese tipo de colores. Y cuando está jugando al aire libre, resulta incluso más fácil seguirle la pista en un solo vistazo si no lleva estos colores.

Se recomiendan colores vistosos y que incluso lleven alguna zona reflectante o algún complemento reflectante que vaya adherido a la ropa. Plantéate usar chalecos reflectantes incluso como opción. Esta prenda puede resultar especialmente útil en el campo o en determinadas áreas.



## Encontrar prendas

1. Pruébatelo antes de comprarlo. Habitualmente a los niños prefieren llevar la ropa que ellos han elegido y que les gusta. Déjales que se la prueben y que la testen ellos mismos en base a los puntos que digáis, por ejemplo:
  - a. Comodidad- ¿estás cómodo/a?
  - b. Color
  - c. Facilidad de quita y pon. ¿Funcionan todas las cremalleras y velcros? ¿pasa el aire a través de la prenda? ¿Cómo es la capucha?

d. El tipo de equipamiento. Cada uno tenemos nuestras preferencias en cuanto sobre petos vs. trajes de una sola pieza vs. pantalones... ¡Existen muchas opciones también para las escuelas en la naturaleza!

2. Crea una caja o cajón con todo el equipamiento para el aire libre. Así les será más fácil ponerse todo y quitárselo. Ten sombreros, guantes, manoplas, pantalones, petos y chaquetas de sobra y con distintas opciones en el cierre, de colores diversos... Así ellos pueden elegir.
3. Los dos puntos de arriba suelen ser traer algún que otro quebradero de cabeza, así que también puede ser un buen momento para pedir ropa prestada. Lleva tiempo también para los padres entender la importancia y prioridad que supone una ropa de exterior de calidad y en ocasiones se deja ese punto en manos de las escuelas infantiles.
4. Como propuesta, resulta interesante por ejemplo tener un muñeco fuera a modo de ejemplo (o cerca de la caja de la ropa de exterior), que lleve la ropa indicada para cada día. Así los niños pueden fijarse qué lleva y qué tienen que coger del cajón o si llevan todo en la mochila (en caso de que no lo lleven puesto y lo vayan a usar en la escuela o actividad). Usa esto también para introducir la información sobre el tiempo/clima. Una forma de que lo vayan entendiendo y asociando.

5. Conviértelo en rutina de tu casa o escuela. Haz que llevar ropa impermeable y apta para estar al aire libre sea algo que se puede usar de forma diaria. Si eres una escuela, ten un listado de proveedores o solicita reuniones entre padres y proveedores,

### PROVEEDORES INGLESSES

Busca y pregunta en negocios locales y entérate de lo que ofrecen. A veces hacen descuentos para escuelas o grupos.

Busca también en rebajas, pero ten en cuenta las recomendaciones sobre la calidad y características de los mismos. En España aún no está muy extendida la práctica, pero en países europeos como Escocia e Inglaterra, hay tiendas de segunda mano y tiendas de beneficencia o de causas sociales donde suele haber ropa más barata, muchas veces de padres que cedieron ya la ropa que no les vale de sus hijos.

Algunos proveedores ingleses:

[Raindrops](#)

[Adventure Togs](#)

[Muddy Faces](#)

[Cosy](#)

[Rain-Shine](#)

[Muddy Puddles](#)





[www.escuelainnatura.com](http://www.escuelainnatura.com)

[info@escuelainnatura.com](mailto:info@escuelainnatura.com)

trata de conseguir descuentos de negocios locales o da la opción a los padres a que puedan conseguir el material en tu escuela o a través de ti.

## Consejos finales para excursiones

Lleva siempre calcetines de repuesto y bolsas de plástico. Si un niño pisase un charco, pues cambiar los calcetines y poner una bolsa de plástico entre los calcetines y el zapato mojado, así evitamos que el calcetín de repuesto también se nos moje y el pie pueda mantenerse caliente y seco.

### En España – Escrito por María Mayorga

Ropa de calidad hará que los niños no se mojen y además será resistente a juegos, manchas y roturas. Probablemente haya muchos establecimientos que oferten ropa impermeable y de calidad. Desde mi experiencia en In Natura, aquí dejo una relación de algunos proyectos que recomiendo y que están especializados en ropa impermeable para niños, para estar al aire libre y que puedan disfrutar sin que la ropa les pueda condicionar.

[Amphibia Kids](#) – Avilés (Asturias)

[Malandrinos](#)

[Que Lluvea](#) - Torrelodones (Madrid)

La ropa técnica es cara y los padres también miran por la cantidad de tiempo que va a usar esa prenda su hijo/a en relación al precio invertido. Una buena compra, permitirá también que pueda usarlo en más situaciones. Una buena compra permite que tu hijo/a pueda disfrutar sin temor a mojarse, ni a tener que estar cambiando de ropa inmediatamente para evitar que coja frío.

En las escuelas en la naturaleza de otros países, incluso a veces se dejan la ropa “de aire libre” en la escuela. ¿Pero estará sucia?, tal vez os preguntéis. Muy probablemente sí. Pero se la llevan o a mitad de semana o a final de semana para ya volver el lunes limpios todos a la escuela. No se le da tanta prioridad a la pulcritud en este tipo de petos y vestimenta, pues su función es permitir que el niño/a pueda jugar, saltar, embarrarse o disfrutar de la lluvia sin temor a resfriados. Todavía recuerdo cuando estuve en una escuela en la naturaleza en Escocia y un padre, tras ver que su hija llegó con el peto limpio y

la recogió con el peto lleno de barro, le dijo: ¡Ey, pequeña, ya veo que hoy lo pasaste en grande en la escuela!

Hay quien prefiere petos; hay quien prefiere pantalones y chaqueta. Las opciones son múltiples.

En España está llegando este movimiento de pedagogía verde... que nos pille preparados, porque nuestros niños van a pisar muuuchos charcos.



### Info sobre la Autora



[Juliet Robertson](#) es una de las consultoras de educación de Escocia que está especializada en el aprendizaje al aire libre y el juego. Imparte formación a nivel nacional, ofrece conferencias, dirige proyectos de innovación pedagógica al aire libre y escribe contenido y documentación para páginas webs y estudios.

Desde hace muchos años gestiona un blog muy reconocido a nivel pedagógico: [Creative Star Learning](#) y en 2014 escribió su libro [Dirty Teaching: A Beginner's Guide to Learning Outdoors](#).

### Info sobre la Traductora/Autora



[María Mayorga](#) es periodista y educadora social. Ha dedicado gran parte de su trayectoria laboral al mundo de los niños y difunde la importancia de una educación en contacto con la naturaleza a través de artículos y vídeos, cursos, encuentros y ponencias en centros educativos y ampas. Está creando la escuela en la naturaleza [In Natura](#) para niños de 3 a 6 años.

Enlace a su blog "[Escuela In Natura](#)". Correo electrónico: [info@escuelainnatura.com](mailto:info@escuelainnatura.com)

\*\*\*\*\*

LET'S PLAY OUTSIDE!

