

Protecciones **fun&madness** recomendadas para el patinaje

En esta sección queremos poner de manifiesto, que la práctica de este deporte sin unas medidas de seguridad puede resultar peligrosa. Las protecciones son elementos indispensables para patinar, permiten que te diviertas reduciendo el riesgo de lesiones en caso de caída. Aquí, mostramos una relación y una descripción general de las protecciones que debes usar:



Casco

Cobertura de metal o de otra materia, que se usa para proteger la cabeza de heridas, contusiones, etc. Tiene la finalidad de proteger la cabeza en caso caída. Si no está debidamente ajustado no efectuará su función.

Muñequeras



Banda o correa que se pone alrededor de la muñeca para sujetarla o protegerla. Se trata de una protección que protege la palma y las muñecas de arañazos y fracturas ante posibles caídas. Son unos accesorios que son convenientes para la práctica de dicho deporte con seguridad.

Coderas



Banda elástica que algunos deportistas se ponen en los codos para protegerlos. Protege los codos en caso de caída, así como de posibles lesiones graves. Dichas protecciones tienen que ajustarse del mismo codo, con cierta firmeza y comodidad. Nunca deben colocarse encima de una camiseta, chaqueta, porque en caso de impacto puede moverse y serían inservibles. Son unos accesorios que son convenientes para la práctica de dicho deporte con seguridad.

Rodilleras



Accesorio que se pone para comodidad, defensa o adorno en la rodilla. Protege las rodillas de posibles golpes en las caídas. Dichas protecciones tienen que ajustarse a la misma rodilla, con cierta firmeza y comodidad. Nunca deben colocarse encima de los pantalones, porque en caso de impacto puede moverse y serían inservibles. Son unos accesorios que son convenientes para la práctica de dicho deporte con seguridad.