

## **SI CORRES BAJO LA, LLUVIA, TE MOJAS MÁS**

Hay quien asegura que no merece la pena echar a correr cuando empieza a llover, pues lo único que se consigue es mojarse más. Hay dos áreas en las que la lluvia empapa más el cuerpo: la parte superior de la cabeza y su parte frontal. La teoría es que si corres, haces que una mayor cantidad de lluvia impacte en la parte delantera del cuerpo.

Pero las investigaciones han justificado la alternativa de correr bajo la lluvia. Los científicos han utilizado modelos para estimar que quienes corren permanecerían un 16% más secos que quienes caminan bajo una lluvia ligera y sin viento, mientras que corriendo conseguirían mantenerse un 44% más seco durante una lluvia intensa y ventosa. La razón es muy simple: cuanto menos tiempo pasas bajo la lluvia, menos te mojas.

Los científicos también han medido la cantidad de agua absorbida por una persona que camina y otra que corre en un recorrido de 100 m bajo una precipitación de 20 ml de agua por hora. Han comprobado que el caminante absorbía 217 g de agua, mientras que el corredor absorbía sólo 130 g, es decir, una reducción en el índice de humedad del 40%. El resultado observado coincide con el del modelo informático... ¡y también con el sentido común!