

Andrea Pino y Danny Linares se levantan entre 4 a 5 de la mañana y trabajan en terreno

# Reporteros AM extremos cuentan su método para capear el frío: la base son cuatro capas

Ella se va a la segura con cinco capas, mientras que él opta por cuatro más un accesorio clave. El diseñador Sergio Arias y el doctor broncopulmonar Felipe Rivera también entregan sus consejos.

NATALIA JUNCO



Andrea Pino y las cinco capas que utiliza en invierno.



Para Danny Linares, el pañuelo o bufanda es infaltable.

Tanto Andrea Pino como Danny Linares llevan años trabajando como periodistas en TV en el horario más extremo: se levantan entre 4 a 5 AM y a las 7 fijo que ya están en la calle listos para salir en pantalla despachando para "T13 AM" y "24 AM", respectivamente. En esta época, para que su labor fluya sin problemas, ambos tienen sus técnicas para capear el frío. A saber: este lunes, cuando ya estaban en el exterior, la temperatura era de -1.

En una escala de 1 a 10, Andrea Pino, quien también anima mes por medio el programa "3x3", que comienza a las 5 AM, define que es friolenta "nivel 11". Todas las noches la periodista deja armada su tenida anti frío compuesta por cinco capas. Su look incluye dos camisetas tipo primera capa (ocupa desde lycra, polar, lana merino, entre otros), luego una blusa "más formal", después un abrigo que tenga un buen porcentaje de lana y para cerrar una parka, ítem que para ella es una inversión y aprovecha descuentos tipo CyberDay. Para cubrir sus piernas utiliza panty de lana y unas calcetas largas de lana merino.

"Todo el mundo me conoce porque soy friolenta y se ríen de mí porque una vez usé botas en noviembre", reconoce Andrea. En otra ocasión invernal, en un encuentro con el exministro Jaime Bellolio, él le dijo "oiga, su parka parece saco de dormir. Todos se rieron, pero a mí me sirve, jajajá".

En la misma escala de 1 a 10, Danny Linares establece que él tolera bien el frío. "Me considero nivel 4, porque muchas veces priorizo la ropa que me quiero poner versus la temperatura. Pero este invierno ha sido más frío que otros y por eso in-

corporé usar todos los días bufanda o pañuelo para abrigarme el cuello", declara el también conductor de "Previa 24". Tanto él como Andrea Pino coinciden en que "habitualmente podemos pasar toda la mañana afuera (del canal)".

Desde su experiencia, y tal como dicen los especialistas, Linares confiesa que "vestirse por capas es de-

finitivamente la mejor solución. Yo siempre uso una primera capa, seguido por una camisa, luego la chaqueta del traje o beatle y después abrigo o parka, dependiendo si llueve. También aplico doble calcetín y el pañuelo es mi nuevo accesorio favorito, porque es versátil, sirve para la temperatura y para combinar con la ropa. Cubrir la zona del cuello es clave cuando uno sale a la calle".

Por el lado de Andrea Pino, ella prioriza esquivar las bajas temperaturas y "a primera hora de la mañana aparezco en pantalla con parka y me da lo mismo, porque realmente hace mucho frío. La vanidad es para el estudio, en la calle hay que estar abrigada. Siento que no trabajo bien con frío". En esa decisión estética, el diseñador Sergio Arias concuerda: "Yo no soy muy amigo de la parka, pero efectivamente hoy en día son la prenda de vestir que más abriga por cómo están construidas. Definitivamente para un comunicador que está en la calle a las 7 AM lo que más le aconsejo es que invierta en una muy buena parka".

El diseñador, responsable de looks de animadores del Festival de Viña como Sergio Lagos y Rafael Aráneda, suma que "mientras más natural sea una prenda, más te abriga. A veces la gente compra abrigos más baratos

que tienen más poliéster que lana, pero no sirven para abrigar porque el poliéster no es térmico".

El doctor broncopulmonar Felipe Rivera adhiere al postulado de que lo mejor es vestirse por capas. Y advierte que "los tejidos son importantes: deben ser transpirables para que no guarden la humedad, porque eso produce daño (al individuo)". "Los jóvenes andan con una camiseta de manga corta y arriba un tremendo abrigo y ahí no hay etapa intermedia. Lo que hacen las capas es guardar la temperatura, impedir que el frío extremo penetre y que el calor se elimine. La temperatura de un individuo es lo más importante y por eso a la hora de vestirse las capas son tan relevantes", detalla el médico del Hospital Clínico de la Universidad de Chile.

Sobre el estilo impuesto por Linares, en el que los pañuelos son un ítem fijo para aguantar el invierno, el doctor Rivera argumenta que es clave "taparse con una bufanda u otra prenda de ese tipo. Así evitamos que el aire frío entre por las vías respiratorias, porque en algunas personas eso puede ser irritante y facilitar la llegada de gérmenes". En la misma línea, Sergio Arias recomienda elevar la tenida con "un buen gorro, las boinas están muy de moda o lucir una buena bufanda o pañuelo. Con eso puedes salir jugando".