

Montar y ajustar los cambios

Los cambios -ya sean de piñón o de plato- son una de las partes más vulnerables de la bicicleta, ya que sobre su funcionamiento actúan una gran cantidad de factores, muchos de ellos externos (lluvia, barro,...) que normalmente tienden a empeorarlo. Contra éstos no podemos hacer nada más que intentar mantener la bicicleta lo más limpia posible durante el mayor tiempo, pero sí podemos actuar sobre uno de los mayores problemas: El ajuste correcto.

En este reportaje vamos a aprender a instalar y a ajustar desde cero el cambio trasero y el desviador delantero. El procedimiento es válido tanto para bicicletas de carretera como de montaña.

Sólo necesitaremos estas herramientas:

- Llave Allen 5 mm.
- Tronchacadenas.
- Destornillador de estrella o plano.
- Alicates.
- Llave fija 8-9 mm. (sólo en algunos casos).



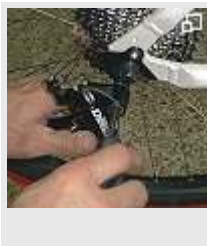
Procedimiento

Para hacerlo más fácil detallaremos paso por paso.



1.- Desmontar las piezas viejas

Lo primero que tenemos que hacer es desmontar las piezas que vamos a sustituir, en este caso el cambio trasero y el desviador delantero. Lo haremos liberando los cables de los prisioneros de los cambios para seguidamente abrir la cadena utilizando un tronchacadenas. Después sacamos la cadena del cambio y desviador, y por último aflojamos el tornillo que une el cuadro al cambio y la abrazadera del desviador para retirarlos.



2.- Instalar el cambio trasero

Atornillamos el cambio trasero utilizando una llave Allen de 5 mm. Hay que tener cuidado de que la rosca entre bien recta y suave, especialmente en cuadros de aluminio, pues de lo contrario se podría estropear. También hay que fijarse en colocar la pletina que permite la regulación de altura del cambio en su lugar correcto: Encajando el tope, al que va roscado el pequeño tornillo de estrella, justo por detrás del saliente de la patilla del cuadro.



3.- Ajuste del tope exterior del cambio

Con la mano, colocamos las poleas o ruletas del cambio en posición vertical y hacemos fuerza del cuerpo del cambio hacia fuera, hasta que notemos que no va más; Mirando desde atrás la polea superior y la corona pequeña del piñón deberán estar en línea y verticales respecto al suelo. Si no es así hay que ajustar el tope exterior porque de lo contrario la cadena no cambiaría a la corona pequeña o se saldría hacia el cuadro. Se regula con el tornillo marcado con la letra

"H", apretando para desplazar el tope hacia las coronas o aflojando para sacarlo.



4.- Ajuste del tope interior del cambio

Lo haremos igual que en el paso anterior pero empujando el cambio hacia la rueda. Comprobamos desde atrás que estén en línea la polea superior y la corona grande, y si no es así giramos el tornillo marcado con la letra "L" igual que en el tope exterior. Una vez bien ajustado el cambio a la corona grande será rápido y sin riesgo de que la cadena se *caiga* hacia los radios.



5.- Instalar el desviador delantero

Abrimos la abrazadera del desviador y lo ponemos en el tubo de sillín. Apretamos un poco con una llave Allen 5 mm. pero sin fijarlo, en la justa medida que nos permita moverlo con la mano.



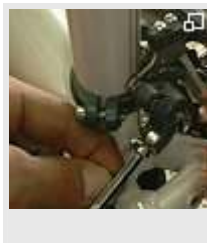
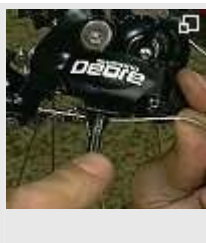
6.- Ajuste de altura del desviador

Con la mano, desplazamos el desviador hasta que la pletina exterior quede justo por encima del plato grande. En ese punto tenemos que dejar una separación de 1,5-2 mm. entre ambas partes, además de procurar que la pletina quede perfectamente paralela al plato grande. Una vez logrado fijamos el desviador apretando la abrazadera.



7.- Colocación de la cadena

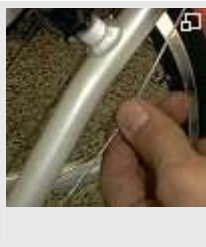
Ponemos la cadena pasándola por la corona pequeña y las poleas del cambio, por la parte anterior de la superior y por la posterior de la inferior. Introducimos el otro extremo por el paralelogramo o caja del desviador y rodeamos los platos; tomamos la medida si es necesario y la empalmamos (*véase 'Utilización del tronchacadenas'*).



8.- Sujetar los cables a los cambios

Situamos la cadena en la posición más pequeña del piñón y los platos, de manera que los cambios queden en reposo. Ahora hay que roscar los tensores del cambio trasero y los pulsadores hasta que resten un par de vueltas para llegar al final; Esto se hace para posibilitar el destensado a la hora de ajustar los cambios. Seleccionamos plato y piñón

pequeño en las manetas y tensamos con la mano los cables a la vez que los sujetamos a los prisioneros.



9.- Tensar los cables

Comprobamos con la mano la tensión de los cables, que deben tener un tacto firme y mantener la rectitud. En la foto se puede ver un cable destensado. Es necesario darles una fuerza aproximada para que podamos cambiar lo suficientemente bien como para realizar los pasos de a continuación. Si es necesario, se pueden soltar los prisioneros y ayudarnos de unos alicates.

TRUCO: Si los cables son nuevos es mejor adelantarse al estiramiento que sufrirán con el tiempo, tirando de ellos con fuerza una vez puestos, después de lo cual habrá que volver a tensarlos.



10.- Ajuste de polea superior del cambio

La polea superior debe quedar lo más cerca posible de las coronas pero sin llegar a rozar; si estuviese alejada los cambios serían imprecisos porque la cadena rodearía poco las coronas, y si estuviese demasiado cerca rozaría en las coronas más grandes. Su ajuste es sencillo: colocamos la cadena en la corona más grande y plato mediano. En este desarrollo acercamos la polea a la corona al máximo pero sin que llegue a tocarla. Esto se realiza aflojando el tornillo situado junto al de sujeción al cuadro. Si lo apretamos la polea se separará.



11.- Ajuste del tope interior del desviador

Con la cadena en la corona más grande y plato pequeño, la cara interna de la pletina interior del desviador debe pasar a 1,5-2 mm. de la cadena y sin rozar. Si no es así lo ajustaremos mediante el tornillo marcado con la letra "L", apretando para acercar y aflojando para alejar, hasta encontrar el punto exacto.



12.- Ajustar los cambios

El ajuste se realiza manipulando indistintamente el tensor del cambio trasero o los de las manetas.

Empezando por el cambio, pondremos plato mediano y piñón pequeño. Pulsamos una vez la maneta para subir una corona, y si no sube, desenroscamos el tensor 1/2 vuelta y volvemos a probar.

Repetimos hasta lograr que cambie al segundo piñón con decisión. Si nos hemos pasado tensando (desenroscando) nos daremos cuenta

porque subirá muy bien a coronas mayores pero le costará bajar, en cuyo caso habrá que roscar otra 1/2 vuelta. A medida que se note un sincronizado mejor, podemos actuar en el tensor en 1/4 de vuelta, para realizar un ajuste más fino.

TRUCO: Girar el tensor poco a poco y probar cada vez hasta encontrar el punto exacto.

Para ajustar el desviador seleccionaremos piñón grande y plato pequeño, pulsamos para subir al mediano y si no lo hace tensamos de la misma manera que en el cambio hasta que suba. Ahora ponemos piñón pequeño y cambiamos para subir al plato grande; si no sube, o la cadena se sale hacia fuera, es porque el tope externo está mal situado y hay que ajustarlo según el punto siguiente.



13.- Ajuste del tope exterior del desviador

Esta limitación se encarga de que la cadena suba bien al plato grande pero sin permitir que se salga de él hacia fuera. Se ajusta actuando sobre el tornillo marcado con la letra "H", apretándolo para evitar que la cadena se salga y aflojándolo si tiene dificultades para subir. El punto óptimo se sitúa en 1,5-2 mm. desde la cadena a la cara interna de la pletina externa del desviador con plato grande y piñón pequeño engranados.



14.- Rematar los cables

Sólo resta cortar el sobrante de los cables, a unos 3 cm. del prisionero, con un cortacables o unos buenos alicates y poner un terminal para evitar que se deshilachen y nos pinchemos con ellos.

Fuente: amigosdelciclismo.com