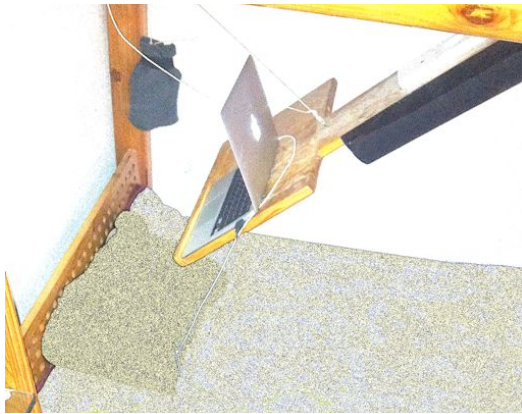




Brico 070, tema **garaje y hogar**, dificultad 2

Un atril escamoteable para el ordenador portátil



Una vez, en clase de bachillerato, nos explicó el profe que el premio Nobel de literatura (1977) Vicente Aleixandre, tenía por costumbre **escribir** sus poesías **tumbado en la cama**. Incluso en el diván, recostado, cumplimentaba a las visitas.

Y, la verdad, todo lo que no sea escribir que tenga que ver con el estudio, es muy placentero hacerlo tumbado (**leer, subrayar, Internet...**). Así nunca duele la espalda, casi no se cansan los antebrazos y el cuello permanece relajado.

Pero claro, para poder trabajar tumbado hace falta un soporte para los libros o para el ordenador. Si se pone sobre las piernas flexionadas, al final se cansan. Si se sujetas con unas patas a los lados del cuerpo (la típica

bandeja de *IKEA* para desayunar en la cama), no se puede uno casi mover...

Así es que, como *la necesidad agudiza el ingenio*, se nos ocurrió este chisme: un **atril escamoteable**, que tenemos instalado en un dormitorio con litera y que baja de la de arriba mientras se utiliza.

También puede ser una idea para poner en el techo interior de la *furgo* para **ver películas en el portátil**.

Además, queda la vista a esa distancia de unos 35 cm de la pantalla que recomiendan los oftalmólogos para leer sin fatigarse.



Y, para cuando se necesita la litera de abajo para dormir, sólo hay que subirlo hasta el techo **con un solo dedo**.



Como se ve, para que todo este mecanismo funcione bien con ese solo dedo, hay que construir un **sistema de contrapeso** (que baja al subir el atril) hecho con una sarta de discos de los

de **medio kg** de gimnasio, teniendo la precaución de instalar un hilo de seguridad por si fallara el principal.



El eje es un simple tornillo que retiene las pesas con la tuerca inferior.



Toda la estructura de madera con **reborde** para que no se caigan los útiles de trabajo



se suspende de dos cáncamos o hembrillas del somier superior articulando con dos simples tornillos.



Los hilos que comunican el contrapeso con el atril, también se enlazan usando como **poleas** el mismo tipo de herraje.



Y en el mango de la estructura alojamos las **tomas** que nos hagan falta **de electricidad** (cargadores, impresora...) y de roseta para un **teléfono** o también para el router de Internet.

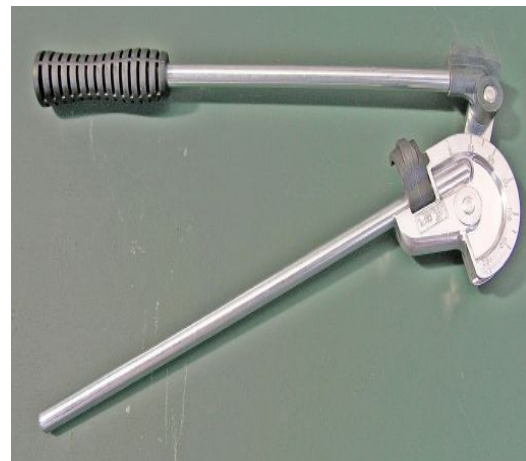


Si se desea, al **conjunto de pesas**, por estética, se las puede **embolsar** en una pequeña faltriquera hecha con un retal de tela cerrado por arriba con una goma elástica.



Así se le pueden echar horas al ordenador, sin problema. Y si te quedas dormido por fatiga, todo queda en **cama**. Alguien vendrá a taparte para que no te enfries...

Si por el contrario lo que deseamos es un **atril para leer o visionar mientras hacemos bicicleta estática**, nos bastará un par de segmentos de tubo de acero que podemos curvar a máquina



o simplemente comprar las piezas denominadas **curvas para presión** (no para roscar) en un almacén de materiales eléctricos.

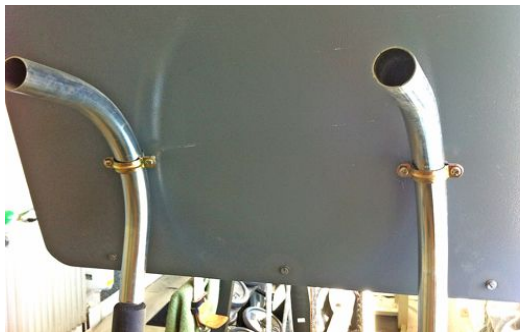


Bastará entonces construir de madera fina, como el **panel contrachapado** de

4 mm de grosor, un tablero de la medida adecuada para los libros o tabletas en los que vayamos a leer con un listón encolado en la parte inferior



al que **uniremos las curvas mediante abrazaderas** de las que se emplean para tender los tubos por la pared,



para terminar **insertándolas en los extremos del manillar** de la bicicleta.



Está demostrado que, cuando se practican ejercicios muy monótonos o mecánicos como los aeróbicos, el estar prestando atención a medios audiovisuales o a la simple lectura **minimiza la sensación de estar pendientes del tiempo restante** de la sesión.

Podemos llegar a olvidarnos incluso de lo que estamos haciendo y meternos de lleno en la trama de una película o en el fondo de un debate televisado.

