

Lubrica Tu Bici Paso a Paso

Empezemos...

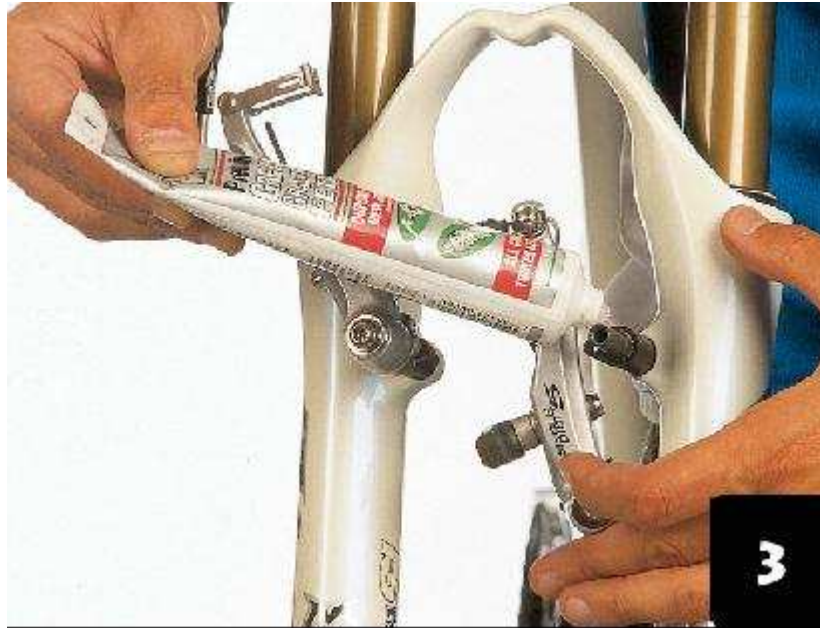
1 PRIMERO LA CADENA. Después de limpiarla y secarla engrasamos desde la parte inferior para no desperdiciar [aceite](#), a la vez que damos pedales para repartirla. No apliques demasiado, con "humedecerla" levemente bastará.



2 LOS PIVOTES DE LOS CAMBIOS. Con spray para que penetre mejor rociamos los pivotes del desviador y el cambio, sin olvidar las ruedecillas. Si tiene Teflón durará más y el funcionamiento será más suave. Retira el sobrante con un trapo.



3 LOS PIVOTES DE LOS FRENOS. El tacto del freno suele mejorar al engrasar los pivotes, tanto por delante como por detrás del freno con un [aceite](#) en spray. Para afinar más puedes desmontar el freno y lubricar con [grasa](#) los pivotes.



4 LOS MUELLES DE LOS PEDALES. Engrasamos los muelles de los pedales automáticos para facilitar la entrada y extracción de la cala. También la placa donde apoya la cala, para evitar ruidos al pedalear.



5 LAS BARRAS. Un par de gotas de buen [aceite](#) de Teflón para lubricar las barras aumentará la sensibilidad y suavidad de la horquilla. A nosotros no gusta Manitou M-Prep, especial para barras, está a medio camino entre [grasa](#) y [aceite](#).



6 Y EL AMORTIGUADOR. Igualmente el amortiguador también necesita engrase, especialmente si es de aire, entre el émbolo y la tolva de aire, pues un desgaste en esta zona provocaría fallos en el sellado y pérdidas de aire.



7 TIJA Y POTENCIA. Cada cierto tiempo conviene engrasar la tija para evitar que se quede atorada en el cuadro por el óxido que se produce con los lavados. También la unión entre la potencia y el manillar para prevenir ruidos.



8 LOS PIVOTES. En dobles con pivotes de casquillo de fricción conviene desmontar, limpiar y engrasar con [grasa](#) de Teflón al menos una vez al año. No está de más engrasar externamente con spray de Teflón cada vez que lavemos la bici.



9 LOS CABLES. Sacando las fundas de los topes tendremos acceso una mayor parte de los cables, pudiendo limpiarlos y engrasarlos con [grasa](#) periódicamente. Así alargaremos su vida útil y el buen funcionamiento de los cambios y frenos.

