

Por Karla De Rojas Guedes

pantalones cortos las primeras semanas del año escolar. Y si bien ello se hace en aras de la comodidad de los alumnos, estos se encuentran más desprotegidos contra los rayos ultravioleta a la hora del recreo, que usualmente es cuando la irradiación solar es mayor; es decir, entre las 10 a.m. y las 3:00 p.m.

Del mismo modo en que usted se preocupa porque sus hijos, sobrinos o hermanos tengan todos los cuadernos al día, los útiles necesarios y el refrigerio listo cada día, debe preocuparse porque no les falte bloqueador solar en el rostro y cuerpo cada mañana antes de salir de casa.

El Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología (Senamhi) ha advertido de los altos niveles de radiación ultravioleta en el Perú, que además de provocar envejecimiento de la piel, manchas, arrugas y pérdida de elasticidad, puede desencadenar diferentes tipos de cáncer de piel.



Prevenidos ante la radiación De vuelta a clases

Cuando aún estaba en el colegio, las vacaciones escolares duraban tres meses: enero, febrero y marzo. Posteriormente, estas se fueron reduciendo y, en la actualidad, tanto escuelas privadas como estatales inician clases el primer día útil del tercer mes del año.

→ **E**ste recorte de las vacaciones que comprensivamente busca incrementar las horas de clase, trae consigo un pequeño inconveniente, ante el cual hay que tomar ciertas previsiones.

Debido al calor reinante en la costa peruana, muchos colegios permiten que los alumnos asistan a clases con polos y





El índice de radiación ultravioleta normal varía entre 1 y 8, pero en la actualidad, este ha alcanzado valores cercanos a 13 en la ciudad capital.

Pero el departamento que muestra un mayor peligro es Puno, que ha registrado valores de hasta 15 puntos de radiación ultravioleta. Otras zonas en peligro son Arequipa (14), Piura (13), Ica (11), Junín (11) y Cajamarca (10).

Y no crea que por tener la piel trigueña está libre de daños. Aunque es cierto que la piel oscura ofrece más protección natural que la piel clara, ninguna es inmune al daño causado por el sol. Por tal razón, expertos en salud aconsejan a todas las personas, independientemente de su color de piel, el uso de bloqueador solar.

Lo que varía es el factor de protección solar (SPF), índice que se refleja de forma numérica en el envase de los bloqueadores. Si tiene una piel muy clara o sensitiva, historia de cáncer en su familia o toma medicinas que son fotosensitivas (algunos medicamentos, incluyendo aquellos usados comúnmente para el acné y los antibióticos, pueden hacer la piel más susceptible a la quemadura de sol), puede que necesite un SPF más alto.

INICIATIVA AREQUIPEÑA

No se puede negar que la Gerencia Regional de Educación de Arequipa ha tenido una gran iniciativa para disminuir los efectos de la radiación ultravioleta, al emitir una directiva que establece el uso obligatorio de sombreros de ala ancha



como parte del uniforme escolar de todos los colegios públicos y privados del departamento.

El sombrero debe estar confeccionado de tela drill, en doble cara: la interna de color oscuro para prevenir los efectos de la radiación ultravioleta y la cara externa de color claro para disminuir la sensación calorífica. El ala del sombrero debe ser de ocho centímetros de ancho: tiene que cubrir la nariz, orejas y nuca.

El responsable de hacer cumplir la directiva es el director de cada centro educativo de educación básica regular, especial y centros técnicos productivos.

Hasta mediados de febrero, el gobierno regional de Arequipa había distribuido gratuitamente más de 6,000 sombreros de ala ancha para la población escolar y aquellas personas y trabajadores expuestos a la radiación solar, a fin de evitar daños en la piel y los ojos. Ojalá esta iniciativa siga adelante, no quede en el olvido y sea copiada por otras regiones. ■

