

LIMA
USD **287** + imp
DESDE
GUAYAQUIL

despegar.com **NUEVOS PASAJES EN OFERTA**

- [Ingresar](#)
- [Registrarse](#)

- [Ediciones Anteriores](#)
- [Clasificados](#)
- [Servicios](#)

- [Cartelera de Cines](#)
- [Portadas Impresas](#)
- [Todos los titulares](#)
- [RSS](#)
- [Clasificados](#)
- [Teléfonos Útiles](#)

- [Tabla de Mareas](#)
- [Clima](#)
- [Puertos](#)
- [Foros de Discusión](#)
- [Voz de los emigrantes](#)
- [Horóscopo](#)

Sábado 13 de marzo del 2010

Guayaquil, Ecuador

Hora Local **08:11**

- [Noticias](#)
- [Opinión](#)
- [Guayaquil](#)
- [Deportes](#)
- [Entretenimiento](#)
- [Vida](#)
- [Fotogalerías](#)

- [Comunidad](#)
- [Seguridad](#)
- [Vida local](#)



Sábado 13 de marzo del 2010 **Comunidad**

La próxima semana tomar sol será más peligroso para la piel

- [Fotos](#)



Ampliar imagen

Dermatólogos recomiendan no salir durante estos días a personas que tengan problemas en la piel. También se sugiere aumentar el consumo de agua.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el nivel tolerable de rayos ultravioletas es de 11 UVI (índice de radiación ultravioleta). En Ecuador, durante marzo, esta cifra se ubicará entre 8 y 16 UVI.

Raúl Mejía, director regional del Instituto Nacional de Meteorología e Hidrología (Inamhi), explicó que estos valores variarán de acuerdo a la nubosidad. “Si el cielo está despejado y no hay presencia de nubes habrá más radiación”. Añadió que hoy el cielo estará entre nublado y parcialmente nublado.

Mejía indicó que en Quito podría llegar a 16 UVI y en Guayaquil a un máximo de 14 (entre cinco y tres puntos del nivel permitido por la OMS).

Por ello, Cecilia Cañarte, directora de la Fundación contra la Psoriasis en Ecuador y quienes reciben a diario informes del Instituto de Física de Rosario en Argentina sobre los índices de la radiación ultravioleta, recomendó evitar exponerse al sol entre las 11:00 y 14:00.

Cañarte, quien además es dermatóloga, aseveró que si no se toman precauciones como estas la radiación puede afectar a la piel.

“La radiación ultravioleta que se recibe no desaparece, es acumulativa y baja en la piel y podrían en un futuro no muy lejano causar cáncer de piel”, explicó Cañarte.

En menor grado las consecuencias podrían ser quemaduras solares, manchas en la piel, resequedad y reacciones alérgicas en las personas que son fotosensible; es decir, que tienen sensibilidad a la luz solar.

Asimismo podría haber reacciones en personas medicadas con ciertos antibióticos, antihipertensivos, anticonvulsivantes, siempre y cuando estas sean sensible. En pacientes con problemas de cataratas se puede agravar la sintomatología.

Según la Agencia Espacial Civil Ecuatoriana (EXA), este lunes 15 de marzo habrá mayor incidencia de radiación solar para Ecuador, esto es, el momento del año cuando los rayos solares pasan por la menor cantidad posible de atmósfera, es decir, perpendicularmente a la superficie, a este día se lo conoce como “el día sin sombra”.

Miguel Jarrín, director nacional del Inamhi, sostuvo que este es un fenómeno que se conoce como solsticio, es decir, cuando el Sol está en posición más cercana a la Tierra.

Asimismo mencionó que al no tener una observación histórica de las UVI no se puede definir cuáles son los límites tolerables para Ecuador.

Añadió que por ello desde el 2009 funciona en Quito una estación para la medición de rayos ultravioletas, la que este año contará con un equipo (costó alrededor de \$ 60.000) para establecer estas cifras, el cual será el primero en el país en medir desde la superficie este tipo de radiación.

Jarrín además aseguró que en mayo se hará una campaña de sensibilización de los UVI.

Horas con mayor radiación

Según el informe de la Agencia Espacial Civil Ecuatoriana (EXA), habrá mayor radiación ultravioleta entre las 12:20 y 12:32 en Guayaquil, Machala, Cuenca, Playas, Salinas, Manta y Quito.

Consejos

En estos días se recomienda a la población que preste atención a las medidas de precaución. Debido a la baja densidad de la capa de ozono sobre la latitud ecuatorial, la radiación ultravioleta puede llegar a niveles peligrosos si el día se encuentra despejado o poco nublado.

Recomendaciones

Este mes los niveles de radiación ultravioleta se ubicarán entre 8 y 16 (UV), lo mínimo tolerable es 11, según la Organización Mundial de la Salud (OMS).



Evitar exponerse al sol entre las 11:00 y 14:00 porque ahí el nivel de radiación es más alto.



Tomar al menos ocho vasos diarios de agua.



Utilizar una gorra, sombrero (preferible de color oscuro).



Usar protector solar, preferible con un factor de más de 30 y reaplicarse cada dos o tres horas si es que va a estar en el sol.



Ponerse gafas contra la radiación ultravioleta.



Si va a la playa o al campo utilice carpas de tela y evite las de plástico, pues estas absorben más calor.



Estar bajo sombra y usar ropa manga larga, en especial de colores oscuros.



Si es posible evite exponerse al sol durante los días con mayor índice de radiación ultravioleta.



Resguardarse bajo la sombra de un árbol o el techo de una casa.

Fuente: Fundación Psoriasis

EL UNIVERSO

Imprimir Enviar Compartir:    

Comunidad

-
-

Ahora en Guayaquil



Comunidad [La próxima semana tomar sol será más peligroso para la piel](#)

- [Alcance de convenios limitarían acciones...](#)
- [Ecapag recolectó agua para medir los...](#)

Ahora en portada



[Gobierno otra vez en mora con el IESS, le debe \\$ 773 millones](#)**Economía**

Seguro advirtió al Ministerio de Finanzas de saldos negativos. La cifra se acerca al pago 'histórico' que hizo el régimen el 2008 por la deuda que mantenía el Estado con el IESS por más de 20 años.

- [Imágenes](#)



[Chávez ahora quiere el control de internet](#)**Internacional**

Aseguró ayer que la internet debe ser regulada, al acusar a un sitio web local (noticierodigital.com) de difundir informes falsos sobre el asesinato de uno de sus ministros.

- [Imágenes](#)



[Desde el mediodía de hoy el país soporta más calor](#)**Comunidad**

Actividad solar aumenta en el 50%; mientras, la capa de ozono no muestra recuperación.

- [Imágenes](#)

Últimas Noticias

- 07:26| [Ecuador colabora con operativo antinarcóticos de Europa](#)
- 07:09| [Dos menores ecuatorianas víctimas de un incendio en España](#)
- 00:00| [Del Bosque no se fia de Chile](#)
- 00:00| [Persona murió por un disparo en el sur](#)
- 00:00| [En el Neumológico se alista expansión de su laboratorio](#)
- 00:00| [No sobrevivieron los animales que Irán envió al espacio](#)

Catarata: Consulte Aquí

No espere que su Catarata Madure
Recuperación más Rápida y Segura
HumanaVision.com/Cataratas

Amazon River

Napo river Navigating canoe private
from coca to Iquitos Peru two way
www.amazonwildlife.ec

Discip 4 u

Etiquetas de piel, sintéticas y de coco,
para fabricar Jeans, go to
www.discip.com/patch.htm

- [Contactenos](#)
- [Preguntas Frecuentes](#)
- [Publicidad](#)
- [Noticias](#)

[Diseño](#)

© Copyright 2009. Compañía Anónima EL UNIVERSO. Todos los derechos reservados.