



[“Versión impresa >”](#)

- [Inicio](#)
- [Nacionales](#)
- [Mundo](#)
- [Deportes](#)
  - [Intercolegiales](#)
- [Cultura](#)
- [Cuenca](#)
  - [Negocios](#)
  - [Salud](#)
- [Azogues](#)
- [Opinión](#)
  - [Caricaturas](#)
  - [Editorial](#)
  - [Columnistas](#)
- [Farándula](#)
  - [Social](#)
- [Región](#)
  - [Azuay](#)
  - [Loja](#)
  - [Morona Santiago](#)
- [Turismo](#)

## Radiación solar lastima la piel

Por [gsalgado](#) - 1 Octubre, 2009 En: [Cuenca](#), [Salud](#) -

[Compartir](#) |

### Departamento de Astrofísica de Cuenca llama a prevenir y mantener los cuidados necesarios.

La piel es el órgano más grande de nuestro cuerpo.

El cáncer de piel es una de las enfermedades más frecuentes a nivel mundial, ocupando aproximadamente el 10% de todos los cánceres.

Los rayos solares no sólo afectan a la piel también lastiman a los ojos y por ende perjudican a la vista.

Uno de los factores de riesgo más importantes son los ambientales y de ellos la radiación solar.

Cuenca es una de las ciudades del país con más alto nivel de radiación, según un informe proporcionado por el Departamento de Astrofísica del Colegio Rosa de Jesús Cordero, que en conjunto con la Agencia Espacial Civil Ecuatoriana monitorea los niveles de radiación.

Cuenca, al igual que Quito, Guayaquil y Manta son permanentemente analizadas y estudiadas, a fin de determinar el impacto de los rayos solares.

El 28 de septiembre pasado, los niveles de radiación sobrepasaron los límites establecidos.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud el rango de 11 unidades UV soportables para el cuerpo humano, pero en los últimos meses la situación ha superado estos índices, perjudicando a quienes habitamos en la ciudad.

“Lo que debemos hacer ante esto es prevenir y lo mejor es utilizar protectores solares y saberlo hacer de una forma adecuada”, manifestó Pablo Tenesaca, miembro de la Agencia Espacial Civil Ecuatoriana y maestro responsable del Departamento de Astrofísica.

Según los registros durante los meses de julio, agosto y septiembre, Cuenca ha soportado rangos de entre 14 y 16 UV.

“Nuestro trabajo se centra en realizar recomendaciones para que las personas no sean afectadas por esta situación”, dijo el maestro quien lidera con sus alumnas campañas educativas y preventivas.

“Conocer de cerca el daño que nos puede causar la excesiva exposición solar nos lleva a convocar a que tengamos cuidado. Yo lo hago y en mi familia esto ha sido tomado en serio”, manifestó Samantha Arce, quien junto a sus compañeras forma parte del estudio y monitoreo en el centro meteorológico que funciona en el colegio Rosa de Jesús Cordero.

### **Medidas de prevención**

Utilizar protector solar media hora antes de la exposición al sol en la mañana y en la tarde es una de las recomendaciones. A esto se suma evitar la exposición al sol en las horas centrales del día (10h00 a 15h00), incluso en días nublados.

También es importante proteger a los niños del sol, utilizando vestimentas de colores claros.

### **Gafas**

Los ojos también son importantes, por ello se debe utilizar gafas de sol cuyos cristales filtren entre el 50 y 90% de radiaciones solares.

“Nuestro fin es motivar en los demás el cambio de hábitos. Lo que hacemos son charlas en escuelas y les enseñamos a usar protector solar.

Además incentivamos a cumplir acciones que no perjudiquen el medio ambiente”, dijo por su parte la estudiante Bernarda Reino.

Quienes quieran conocer la radiación solar cada día pueden ingresar a la web: [www.exa.ec](http://www.exa.ec) o a través del celular enviando un mensaje de texto al 9839, con el texto UV Cuenca y recibirá los datos requeridos. (MLS)

### **Efectos en la salud**

**Daños genéticos:** La radiación UV-B interfiere con los enlaces del ADN dañando la molécula. Muchos de estos errores son reparados por los sistemas enzimáticos de la célula pero algunas mutaciones perviven y pueden producir cánceres, especialmente de piel.

El 90% de los cánceres de piel se atribuyen a los rayos UV-B y se supone que una disminución en la capa de ozono de un 1% podría incidir en aumentos de un 4 a un 6% de distintos tipos de cáncer de piel, aunque esto no está tan claro en el más maligno de todos: el melanoma, cuya relación con exposiciones cortas pero intensas a los rayos UV parece notoria, aunque poco comprendida y puede llegar a manifestarse hasta 20 años después de la sobre exposición al sol.

**Daños en los ojos:** La exposición a dosis altas de rayos UV puede dañar los ojos, especialmente la córnea que absorbe muy fácil estas radiaciones. A veces se producen cegueras temporales y la exposición crónica se asocia con mayor facilidad de desarrollar cataratas.

**Daños a la vida marina:** Una de las mayores preocupaciones derivadas de la formación del agujero de ozono de la Antártida ha sido ver la influencia en el plancton marino del incremento de rayos UV en los mares de la zona.

Los organismos del plancton se concentran en la capa de unos 2 metros próxima a la superficie oceánica y son fundamentales en la cadena trófica. Algunos estudios han encontrado descensos en su productividad de entre el 6 y el 12% en las 10 a 12 semanas que coinciden con el agujero de ozono, lo que supone un descenso medio del 2 o 4%, cantidad detectable, aunque no catastrófica todavía.

### **El especialista**

#### **René Cabrera, oftalmólogo**

#### **\* Los rayos UV también afectan a los ojos. ¿Cuál es el daño que causan y cómo ocurre esto?**

Los rayos UV en todos sus tipos afectan desde la parte superficial del ojo produciendo queratitis, conjuntivitis, formación de pterigium, cataratas y probablemente afectando la retina en su área central. Lo hacen a través de las ondas electromagnéticas producidas por esta luz que no es visible al ojo humano, en dosis bajas son de ayuda para la piel porque produce vitamina D, pero en dosis altas y por tiempos prolongados dañan las estructuras oculares.

#### **\*¿Qué sucede cuando se utilizan cualquier tipo de gafas?**

Al no tener protección UV adecuado no tienen ninguna utilidad para este efecto.

#### **\*¿Cómo se evidencian las afecciones?**

En la córnea produce dolor, ardor, por ser una quemadura. En la conjuntiva congestión irritación sensación de cuerpo extraño. En el cristalino opacificación del mismo y baja de visión. En la retina facilita la degeneración macular y disminuye la visión central.

#### **\*¿Qué tratamiento debe seguir una personas cuando presente secuelas de las afecciones?**

El tratamiento irá de acuerdo al área afectada generalmente lubricantes oculares, antiinflamatorios, en el caso de catarata cirugía con implantación del lente intraocular, en la retina utilización de antiangiogénicos intravitreos, si es el caso.

#### **\*¿Hay alguna solución casera?**

La mejor es la protección con gafas adecuadas en las horas pico de sol, y en la altura principalmente, incluyendo protección con sombrero.

## 1 comentario para "Radiación solar lastima la piel"

1.  *emilia* dice:  
[07/10/2009 en 17:06](#)

mmmmmmmmmm..... esta bastante bueno ese documento nos va a servir demaciado para nuestro trabajo que propuesto va a quedar sensacional obvio =) MUSHAS GRACIAS A EL DIARIO .....ATTE : emilia valentina neuman cifril

### Deja un comentario

Nombre (requerido)

Correo (no será publicado) (requerido)

Sitio Web



#### [Censolar](#)

Centro de Estudios de Energia Solar Cursos profesionales a distancia

[www.censolar.org](http://www.censolar.org)

#### [Cómo Rejuvenecer 10 AÑOS](#)

Si Desea Rejuvenecer 10 Años o Más Consuma Este Secretagogue h-GH

[www.FormulaParaReiuvencimiento.org](http://www.FormulaParaReiuvencimiento.org)

#### [Fotos de América Latina](#)

Visita nuestra galería de fotos Foto del día en Infosurhoy.com [www.InfoSurHoy.com/sp/multimedia/](http://www.InfoSurHoy.com/sp/multimedia/)

Publicidad

Anuncios Google

### En esta categoría : Cuenca

- [Tres heridos y un muerto en grave accidente de tránsito](#)
- [Artista espera encontrar a su familia cuencana](#)
- [Joven murió atropellado junto al CREA](#)
- [CAE homenajeó a socios que cumplen 25 años de vida profesional](#)
- [Apuñalan a joven en asalto a bus de servicio urbano](#)

### Recién Comentado

- Luis Edgar el cholo en : [LAN ofrece nuevas rutas para Cuenca](#)
- ana maria mercec soria en : [Ecuador derogó patentes de farmacéuticas transnacionales](#)
- Pancho Miranda en : [Fiscalía responde a advertencia de Contralor](#)

### Entradas recientes

- [Entre compadres](#)
- [Defunciones 26 Octubre](#)
- [¡Feria del Arenal debe mejorar!](#)
- [Interés en maiceros lojanos por mejorar la producción](#)
- [Candidatas a "Reina de los Barrios 2009".](#)

### Galería de Fotos



- [Heather Hodges y Eudocia Estrella. \(Foto JHM\)](#)



- [Edgar Loyola, Javier Herrán y Luis Alvarez. \(Foto JHM\)](#)



- [Patricio Banderas, Giancarlo Forestieri, Karina Romero y Jorge Luis Páez. \(Foto TOC\)](#)



- [Jorge Romero, Gabriela Sommerfeld y Gladys Eljuri. \(Foto TOC\)](#)



- [Gabriela Vélez, Paúl Granda y Didier Lopinot. \(Foto JHM\)](#)

- [Nacionales](#)
- [Mundo](#)
- [Deportes](#)
- [Cultura](#)
- [Cuenca](#)
- [Azogues](#)
- [Opinión](#)
- [Farándula](#)
- [Región](#)
- [Turismo](#)

- [\[Agencias\]](#)
- [\[Buscador\]](#)
- [\[Contactos\]](#)
- [\[Quiénes Somos\]](#)
- [\[RSS\]](#)

Diario El Mercurio Cuenca - Ecuador. MATRIZ: Conmutador: (593) 7 4095682 Fax: (593) 7 4095685 Av. Las Américas (Sector El Arenal) Casilla: 60. Email: [redaccion1@elmercurio.com.ec](mailto:redaccion1@elmercurio.com.ec)  
By [Cobertura Digital](#) & T