



Protección Civil exhorta a extremar precauciones ante efectos de Rayos UV

UNA EXPOSICIÓN INCONTROLADA SIN PROTECCIÓN PUEDE OCASIONAR CÁNCER DE PIEL Y CATARATAS

Derivado de las altas temperaturas registradas en la presente temporada de estiaje, autoridades del Sistema Estatal de Protección Civil exhortan a la población a extremar precauciones para protegerse de la intensidad de los rayos ultravioleta y así contrarrestar los efectos negativos que podrían ocasionar en la salud.

En este sentido, dieron a conocer que de acuerdo al Procedimiento Estatal de Alerta por Lluvias (Proceda), el potencial de lluvias para Chiapas es bajo, por lo que una exposición incontrolada, sin protección y demasiado prolongada, puede ocasionar graves consecuencias para la salud.

La exposición a los rayos ultravioleta, señalaron, está relacionada con muchas condiciones perjudiciales para la salud, entre ellas cáncer de la piel, que recurrentemente aparece después de los 50 años, pero el daño que provoca el sol en la piel comienza mucho antes; por consiguiente, las medidas de protección para prevenir la posterior aparición del cáncer de la piel se deben tomar desde la niñez.

El no protegerse del sol también causa el envejecimiento prematuro de la piel, y las personas que pasan más tiempo a la exposición de los rayos solares pueden desarrollar cataratas más temprano que las demás.

Ante esta situación se pide que si practican actividades al aire libre eviten la exposición al sol durante las horas centrales del día (de las 12 del mediodía a 3 de la tarde); los niños menores de dos años no deben exponerse directamente a la luz del sol ni a la intensidad de los rayos uv durante el día.

Se recomienda permanecer en la sombra cuando la luz del sol es muy fuerte, pero incluso así, es necesario tener cuidado. Aunque en la sombra la radiación es más débil, sigue existiendo riesgo de sufrir una quemadura.

Es importante elegir un factor de protección que sea adecuado y se adapte al tipo de piel y a la intensidad de los rayos uv y como alternativa o complemento del protector solar adecuado, la ropa también puede proteger la piel: los pantalones largos y las camisas ofrecen una protección eficaz contra los componentes de la luz solar. Además, se debe usar un sombrero o una gorra. Cabe destacar que en la piel, los rayos del sol pueden producir quemaduras y lesiones en los ojos, el resultado pueden ser daños en la córnea y en la retina que pueden llegar a ser irreversibles; usar gafas de sol es una medida de protección fundamental para evitar los efectos negativos del sol en los ojos.

