



Campaña para la toma de conciencia respecto de los daños que se originan por la exposición prolongada a los rayos solares

Cristina Montenegro

Abstract

Keywords: Sol, rayos UV, radiación, bloqueador, juego, escudo, educación

Los problemas ambientales y los cambios climatológicos que se han estado presentando, así como los efectos que tienen sobre la salud son temas alarmantes en estos últimos años.

El sol, símbolo de diversión y alegría durante el verano, se ha convertido en un factor preocupante hoy en día debido a los efectos nocivos que puede llegar a causar a la piel. Esto es en consecuencia a los rayos UV. Estos rayos recibidos en altas cantidades durante horas prolongadas traen consigo el peligro de padecer alguna enfermedad dermatológica, las cuales son ignoradas por la sociedad, así como lo es el cáncer a la piel, siendo este el más letal; y otros estragos que detectados tardíamente pueden ser fatales.

En el Perú durante el presente verano se ha llegado a registrar hasta un aproximado de 16 unidades de radiación solar, siendo, según UV index, la más tolerable para nuestra piel son 2 unidades. (UV index colaboración con Organización Mundial de la Salud - OMS).

Este fenómeno es resultado del deterioro de la capa de ozono. Recibir la luz del sol efectivamente es importante y saludable, debido a que aporta a la síntesis de vitamina D-3, la cual es vital para el cuerpo. Sin embargo durante estos últimos años el sol ha estado irradiando rayos UV de gran magnitud que es altamente letal para nuestra piel.

Según el diario El Comercio, el Perú presenta casos preocupantes. Tanto en Lima como en otras provincias se registraron niveles de radiación que son altamente perjudiciales para quien no se encuentran debidamente protegidos. Lo más alarmante es la falta de preocupación que tiene la sociedad ante este tema. Si bien estas cifras han inducido han alarmado a las entidades del Estado y de salud a la propagación de información sobre este tema, es complicado crear un hábito de usar protector solar, el cual lograría hacer una gran diferencia.

La falta de información y de cultura viene a ser el centro problema. Todos los habitantes de todas las edades, tanto adultos mayores, como jóvenes están expuesto a desarrollar cáncer a la piel, pero son los niños quienes se encuentran mucho más expuestos al peligro debido a la fragilidad y susceptibilidad de su piel a esta corta edad.

Los niños se encuentran gran parte del día en sus centros de estudios, donde en determinado momento del día llegan a exponerse totalmente a los rayos del sol, generalmente las horas en donde se presenta más radiación. Los recreos y actividades deportivas de los colegios son generalmente realizados en áreas abiertas lo que sumado a la falta del uso del bloqueador solar hace aun más peligrosa su exposición al sol.

El presente proyecto tiene como propósito el fomentar el uso de protector solar durante las actividades en exteriores, así como convertirlo en un hábito familiar. Un niño es un agente activo que cuando encuentra algo que lo estimule y llame su atención se involucra totalmente en ello. El proyecto trata de inculcar a los niños el uso del bloqueador de una manera divertida y que llame su atención y los incentive a compartir la idea con sus familiares. El proyecto se llevará a cabo en el centro educativo Virgen del Rosario de Yauca ubicada en el distrito de San Luis, el cual realiza sus actividades recreativas al exterior en una azotea.

Descripción del problema encontrado

La problemática sobre este tema es la falta de conciencia antes este tema. Siendo el deterioro de la capa de ozono no un tema nuevo, sino que se desarrolla de años atrás, los efectos que tiene sobre la salud de la persona han impactado sobre nosotros como algo desconocido y nuevo. La falta de información y de l cultura sobre la adecuada protección ante esta situación es alarmante. El planeta en el cual residimos pasa por momentos difíciles en la cual nos afecta a toda la humanidad. Los rayos UV incrementan en unidades de radiación cada día más, exponiendo nuestra piel a sol sin ninguna protección alguna o adecuada pone en riesgo nuestra salud.

Nuestro planeta se encuentra protegido por diversas capas siendo una de estas la capa de ozono. Cuyo papel es sumamente importante para el desarrollo de la vida y protección de la misma. Estos últimos años se han presentado cambios realmente alarmantes. La capa de ozono presentó un agujero ubicado en la zona antártica del planeta, desde ese momento, hasta hoy en día, la Organización Mundial Meteorológica registró un deterioro alterante del 40% de la capa de ozono, y estas varían según los años pasan. Esto trae consigo como consecuencia no solo desastres naturales, sino enfermedades letales a la piel, debió a la alta exposición que tendría la humanidad ante lo rayos UV.

El porqué de este fenómeno se debe al desmedido desarrollo industrial y contaminación que realiza el hombre. Años de contaminación de gases tóxicos dirigidos hacia la capa de ozono hicieron que paulatinamente este se viera afectado haciendo así que su deterioro venga como resultado. La manera en la que actúa la capa de ozono ante los rayos UV es la siguiente:

UV Index explica, que la capa de ozono recibe la luz solar compuesta por rayos UVA (90% de los rayos del sol causantes del bronceado directo) (315-400nm), UVC (rayos de longitud de onda corta y los más peligrosos) (100-208 nm), UVB (representa 10% de la radiación ultravioleta) (280-315 nm). Cuando la luz atraviesa la atmosfera, el ozono, el vapor de agua, el oxígeno y el dióxido de carbono absorben toda la radiación UVC, un aproximado de 90% de UVB. Dejando así que absorba en menor medida los rayos UVA. Esto en consecuencia hace que los rayos UV que llegan a la superficie terrestre se compongan mayormente de rayos UVA, con una pequeña parte de UVB. Altamente peligrosos para la salud.

Autoridades como la ONU, la Organización Mundial Meteorológica, el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente UNEP, la Comisión Internacional de Protección Contra la Radiación no Ionizante. Explican la importancia de este tema para nuestra salud. Los índices de enfermedades generadas por los rayos UV son realmente estremecedores.

UV Index, durante el año se produjeron 2 o 3 millones casos de cáncer a la piel no melánicos y 132 000 casos de cáncer a la piel melánicos. Realmente cifras que hacen de este tema un factor que debe ser difundido, y que demuestra su importancia. La piel humana sin protección alguna puede captar 2 a 3 unidades de radiación UV, sin embargo los índices de rayos UV actualmente sobrepasan las 15 unidades. Es necesario dar a conocer esta situación problemática para evitar que las cifras de persona sean afectadas por este dejen de aumentar.

Descripción del proyecto

El presente proyecto tiene como propósito el fomentar el uso de protector solar durante las actividades en exteriores, así como convertirlo en un hábito familiar. Un niño es un agente activo que cuando encuentra algo que lo estimule y llame su atención se involucra totalmente en él. El proyecto trata de inculcar a los niños en el uso del bloqueador de una manera divertida y que llame su atención y los incentive a compartir la idea con sus familiares. Este se llevará a cabo en el centro educativo Virgen del Rosario de Yauca, ubicado en el distrito de San Luis, el cual realiza sus actividades recreativas al exterior en una azotea.

La manera de llegar a los niños será mediante un juego de patio y gráficos murales en donde se mostrara los niveles de radiación que el sol ejerce, como

nos afecta y las zonas más seguras del área de recreo. La metodología será utilizando esta grafica como un juego parecido a un monopolio. Se llamará al bloqueador como un escudo ante el sol. De manera que los niños se sientan más familiarizados con la temática de un juego y la practiquen diariamente. La segunda etapa del proyecto será junto a los padres a quienes se les brindara una charla basada en gráficas multimedia y BTL haciendo así que tomen conciencia sobre la importancia de este tema y realicen un pacto con sus hijos de utilizar este “escudo” diariamente. Finalmente se otorgaran pulseras de papel tanto a padres como hijos con el lema “yo tengo mi escudo, protejo mi piel”. Así como también se implementará al colegio con gráficas que evoquen a su uso antes de las actividades exteriores.

Conclusiones del proyecto

Debido al incremento de enfermedades a la piel causa de la falta de información e importancia que se le da a este tema, las personas se encuentran constantemente expuestas al peligro, en especial a aquellos que aun poseen una protección delicada, como lo es la piel de los niños. El proyecto se enfoca en los niños que estudian en el centro educativo Virgen del Rosario de Yauca, los cuales realizan actividades al exterior, como lo es el recreo, a horas de extremado índice de radiación UV, que es durante el medio día hasta las cuatro de la tarde (según UV Index, Guía de Protección Solar España).

El proyecto plantea educar a los niños mediante una dinámica de juego, en la cual las gráficas juegan un papel muy importante, así como el hacer que la experiencia sea divertida. De esta manera el niño se sentirá más familiarizado y motivado. Con esto los niños se estarán informando sobre la protección adecuada, los peligros de los rayos UV, y las consecuencias en nuestra salud. De esta manera los niños serán factores que harán que la información se propague en la familia. Logrando con este proyecto que tanto el niño como los padres realicen un pacto de utilizar la protección. No solo estarán más informados y tendrán conocimientos sobre la protección, sino que lo harán juntos, en una ambiente familiar y de juego. Así lograríamos que se inicie un hábito del uso del protector solar, y prevenir posibles males a la piel.

Como consiguiente el colegio será implementado con piezas gráficas que recuerden a los niños el uso de esta importante herramienta de protección, así como también se le será otorgado material educativo como la animación multimedia para la clase de Ciencia, Tecnología y Ambiente.