

REFLEXIONES HORARIAS

AUTOR: BRENNO BENEDETTI

PROCEDENCIA: ASOCIACIÓN DE MAYORES AMIGOS DE LA UNIVERSIDAD DE MÁLAGA (AMADUMA)

GÉNERO: ARTÍCULO DE OPINIÓN

Brenno Benedetti es Vocal de Fuengirola (Málaga) para FADAUM

Quizás, estas reflexiones, lleguen tardías.

El verano ya se ha ido, y con ello el motivo que me ha inducido a escribir sobre esto. Pero creo que sería muy oportuno tenerlo en cuenta para el futuro (Próximo verano). Y creo que el motivo no es baladí, puesto que se trata en definitiva de nuestra salud.

He recibido ya hace algún día por parte de la Junta de Andalucía – Consejería de Salud, el folleto con los consejos dirigidos a todos, (y en especial a las personas mayores y a los niños) sobre como debemos protegernos y defendernos antes el calor abrasador de los meses de verano, Folleto, recogido y de forma resumida publicado en nuestra apreciada y querida revista *Madurez Activa* “. Desde luego estos avisos y consejos son por cierto muy loables.... Pero Y aquí mi reflexión:

Puntualmente, cada verano los médicos, los medios de comunicación e informativos en general, dan consejos y recomiendan evitar las exposiciones al sol en las horas de más calor, e indican estas horas que están comprendidas entre las 11 de la mañana hasta las 17 horas de la tarde.

Pero parece ser que estos medios se han olvidado que, en la realidad, las 11 horas de la mañana son las 9 horas, y que las 17 son en la realidad las 15 horas!!!

Esto es así porque el huso horario al que nuestro país pertenece, (en efecto) es el huso horario 0, es decir las 12 horas (Huso horario de Greenwich), pero en España, por motivos económicos y sociales se estableció adoptar el huso horario + 1, es decir, las 13 horas (llamado también “Hora oficial”).

Luego la Comunidad Europea estableció que a partir desde el final del mes de Marzo de cada año, siempre con finalidades económicas, todos los países de la Comunidad, adoptaran la hora Oficial +1, pero como España ya tenía una, para adecuarse no tuvo mas remedio que incrementar otra hora más... Consecuentemente, las horas “Oficiales” respecto a la hora solar son +2.

Por lo tanto, seria en mi modesta opinión recomendar como horario mas adecuado, no tomar el sol desde las 13 horas hasta las 19 (horas “oficiales” , que en la REALIDAD serían desde las 11 hasta las 17 (horario SOLAR)

Espero haber sido claro en la exposición del concepto, en definitiva es nuestra salud. Y un craso error de valoración podría tener consecuencias indeseadas de no rectificarse.