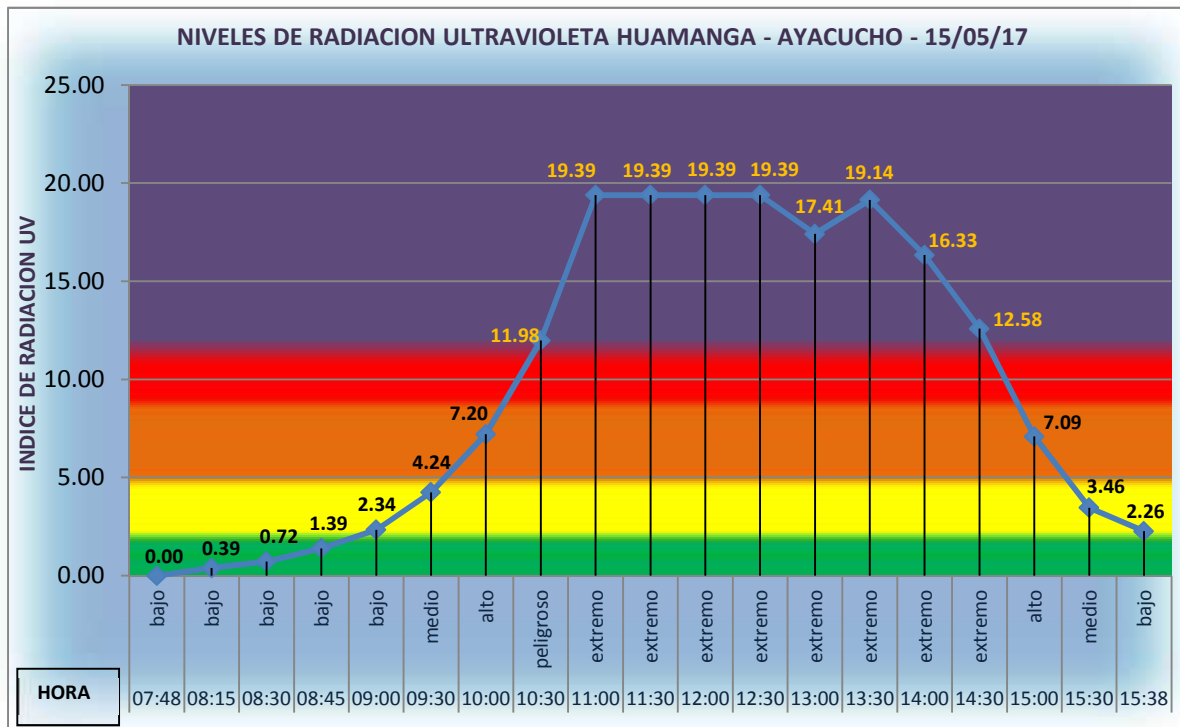


Niveles de radiación ultravioleta según horas de incidencia, Huamanga - Ayacucho



Fuente. Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión del Medio Ambiente.

En el gráfico se observa los niveles de radiación ultra violeta en la ciudad de Huamanga – Ayacucho que se contrastan con el cuadro de abajo, a partir de las 7:48 am se inicia el incremento escalonado en la incidencia de radiación UV, encontrándose en nivel bajo (verde) hasta las 9:00 de la mañana con índice UV 2.34, nivel medio (amarillo) 9:30 am con índice UV 4.24, nivel alto (naranja) 10:00 am con índice UV 7.20, nivel peligroso (rojo) 10:30 am con índice UV 11.98 , ingresando al nivel extremo (violeta) a partir de las 11: 00 am con índice UV 19.39, prolongándose hasta las 2:30 pm a partir de esta hora la incidencia de radiación ultravioleta se reduce de manera gradual llegando así a las 3:00 pm con nivel alto , luego a las 3:30 pm nivel medio y a las 3:38 pm nivel bajo.

Por los motivos expuestos se realizan las siguientes recomendaciones:

1. Evitar la exposición directa al sol (piel clara máximo 22 minutos y piel oscura máximo 39 minutos), fuera de estos márgenes los daños por la radiación solar son muy notorios en la piel con enrojecimiento, desprendimiento de la piel, daño a la córnea de los ojos, daño a la piel del cabello, etc.
2. El empleo de bloqueadores solares con filtro UV - A y/o Filtro UV - B.
3. Usar prendas de vestir con manga larga.
4. Uso de sombreros de alas anchas
5. uso de gafas de sol
6. Empleo de paraguas.

CUADRO DE INTERPRETACION Y LECTURA DE NIVELES DE RADIACION ULTRAVIOLETA

| COLOR | NIVEL | INDICE UV | TIEMPO MAXIMO DE EXPOSICION | |
|----------|-----------|-----------|-----------------------------|-------------|
| | | | PIEL CLARA | PIEL OSCURA |
| VIOLETA | EXTREMO | 12 + | 20 – 22 | 28 – 39 |
| ROJO | PELIGROSO | 9 – 11 | 15 – 20 | 27 – 45 |
| NARANJA | ALTO | 6 – 8 | 21 – 40 | 38 – 60 |
| AMARILLO | MEDIO | 3 – 5 | 30 – 80 | 54 – 120 |
| VERDE | BAJO | 1 – 2 | 75 – 240 | 135 – 360 |

Fuente. Gerencia Regional de Recursos Naturales y Gestión del Medio Ambiente.