

## RECOMENDACIONES PARA IDENTIFICAR LA SALUBRIDAD DE LAS PISCINAS

Asimismo se explica las medidas de prevención para cuidar la piel de la radiación solar

14 de enero de 2020

Como parte de sus acciones de prevención, el Ministerio de Salud (Minsa) brindó algunas recomendaciones para evitar riesgos a la salud durante la temporada de verano. En esta oportunidad, el Minsa, a través de la Dirección General de Salud Ambiental e Inocuidad Alimentaria (Digesa), exhortó al público a acudir solamente a piscinas calificadas como saludables.

Dentro de los criterios para determinar la salubridad de una piscina, Ana Che León, responsable de playas y piscinas de Digesa, señaló cuatro condiciones fundamentales que se evalúan: la calidad microbiológica de la piscina (turbiedad del agua y concentración del cloro), las condiciones de las instalaciones, la calidad de limpieza y el control documentario (registro sanitario y permisos).

Si la evaluación resulta exitosa, la piscina debe tener fuera el sticker de Digesa que garantiza su salubridad. Esta información puede revisarse en la página web de Digesa. Estos datos se actualizan semanalmente de acuerdo al cronograma de vigilancias sanitarias hechas a nivel nacional.

Protección de la piel.

Durante esta temporada, el Minsa también recuerda que una prolongada exposición al sol, especialmente entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde, tiene efectos nocivos para la piel, por lo que se aconseja utilizar protector solar y volvérselo a aplicar después de salir del agua.

Según Margoth León Sánchez, oncóloga del equipo técnico de la Dirección Nacional de Prevención y Control del Cáncer (DPCAN) del Minsa, el fotoprotector solar debe ser "de amplio espectro" y colocarse al menos 30 minutos antes de exponerse al sol y repetir la aplicación del protector solar en forma homogénea cada 02 horas durante el día.

Resaltó que todo bloqueador solar con Factor de Protección Solar (FPS) por encima de 30, ofrece más del 95% de protección y es la principal medida química de protección ante la radiación ultravioleta (UV).

Además del protector solar, como medida física de protección, recomendó usar sombreros de colores oscuros de ala ancha y lentes de sol de tipo envolventes, con protección ante rayos UVA y UVB.

En el caso de los niños, es importante evitar una exposición directa al sol, particularmente si están en las horas de mayor radiación. Precisó que, desde los 2 hasta los 18 años, la acumulación de radiación solar es mayor, por consecuencia es la etapa más importante para evitar desarrollar cáncer de piel a futuro.

Cuidados para la vista.

Por otro lado, Pilar Ortiz, oftalmóloga del Instituto Nacional de Oftalmología (INO), recomendó a los padres de familia tener cuidado con las piscinas contaminadas ya que en esta temporada de verano se incrementan las afecciones oculares, siendo la más frecuente la conjuntivitis, una inflamación del ojo que puede ser contagiosa y ocasionar la disminución de la visión.

Asimismo, consideró importante revisar que los lentes de sol que se adquieren tengan un filtro de protección de 400 UV, como mínimo, para evitar que las personas tengan lesiones a nivel de la córnea o envejecimiento a nivel de la retina.

Las personas que utilizan lentes de contacto deben retirarse estos lentes antes de ingresar a una piscina y limpiarlos adecuadamente, antes de volvérselos a colocar.

