

## ¿QUÉ EFECTOS TIENE LA RADIACIÓN UV?

La radiación UV-B es biológicamente nociva, daña el ADN de las células y puede causar defectos genéticos en las superficies externas de plantas y animales si se recibe en dosis altas. De esta manera, los rayos UV-B pueden dañar la piel humana causando desde un ligero enrojecimiento (eritemas) hasta quemaduras; incluso con el tiempo pueden producir molestias graves, lunares, manchas y hasta cáncer en la piel. Sin embargo, la radiación UV en dosis normales tiene efectos benéficos, pues ayuda a producir ciertas vitaminas en el cuerpo evitando padecimientos como el raquitismo de los huesos.

### **Efectos sobre la piel:**

Las radiaciones UV entre 290 nm y 320 nm, se denominan B (UVB) y son las responsables de los efectos biológicos más importantes de dichas radiaciones sobre el ser humano. Sobre la piel, tienen efectos nocivos a corto y a mediano plazo. El enrojecimiento de la piel (eritema solar), desde leve a quemaduras importantes, es el principal efecto nocivo inmediato. Los efectos a mediano plazo, destaca la mayor frecuencia de cánceres cutáneos y el envejecimiento prematuro de la piel, y las modificaciones en el ADN de los seres vivos.

Es importante recalcar, que la radiación UV solo constituye un riesgo para la salud cuando el ser humano se somete repetidamente, durante años, a exposiciones excesivas para su tipo de piel.

El riesgo ante la radiación UV disminuye a medida que aumenta el grado de pigmentación natural de la piel del ser humano, siendo máximo en pieles muy blancas y mínimo en personas de piel negra.

### **Efectos sobre la vista:**

De los efectos de la radiación UVB, existen muchas evidencias científicas del daño que puede hacer sobre las delicadas estructuras oculares. La afección más frecuente, en el mundo desarrollado, es la aparición prematura de las cataratas, que en casos extremos puede ser capaz de producir ceguera.

Además el 10% de las personas mayores de 65 años de nuestro medio padecen una lesión en la zona de máxima visión, denominada Degeneración Macular, ligada a la edad en cuya producción también interviene la radiación ultravioleta.

Y por último, uno de los cánceres oculares más frecuentes, el melanoma de úvea, está en franco aumento y se supone que tiene una relación directa con esta luz solar.