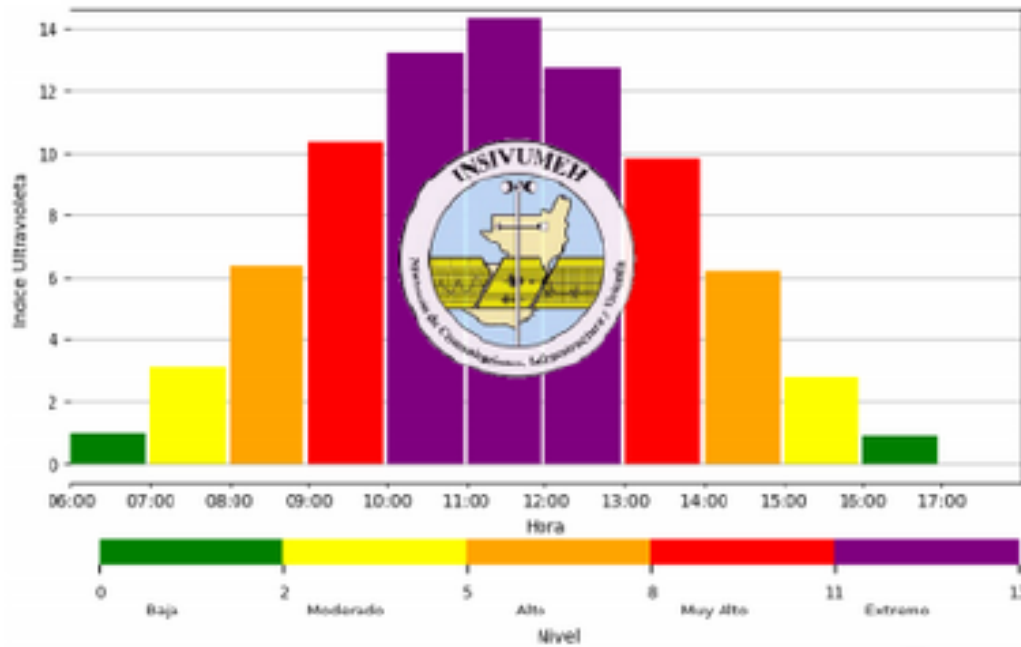




Boletín de apoyo técnico No.97 R-UV Gestión de Riesgo del 27al 30 de diciembre 2021

GRÁFICA QUE MUESTRA LA VARIACIÓN DEL ÍNDICE DE RADIACIÓN ULTRAVIOLETA A LO LARGO DEL DÍA

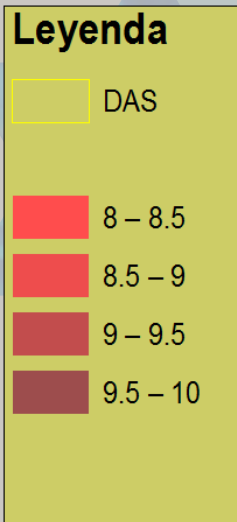
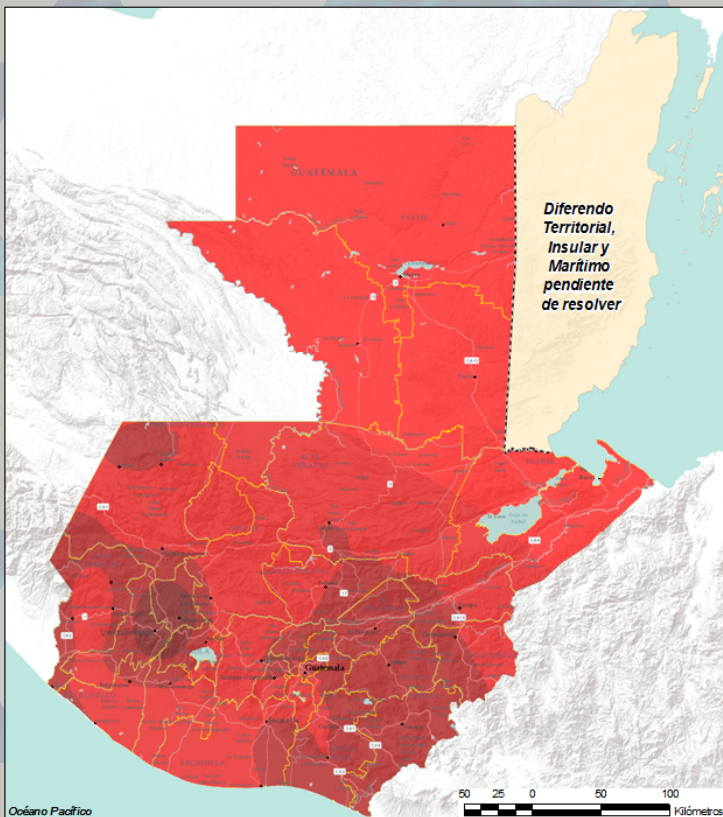


Fuente <https://www.imn.ac.cr/documents>

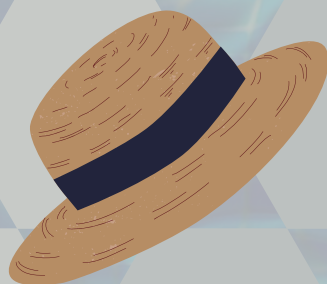
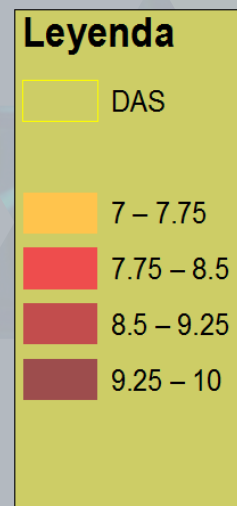
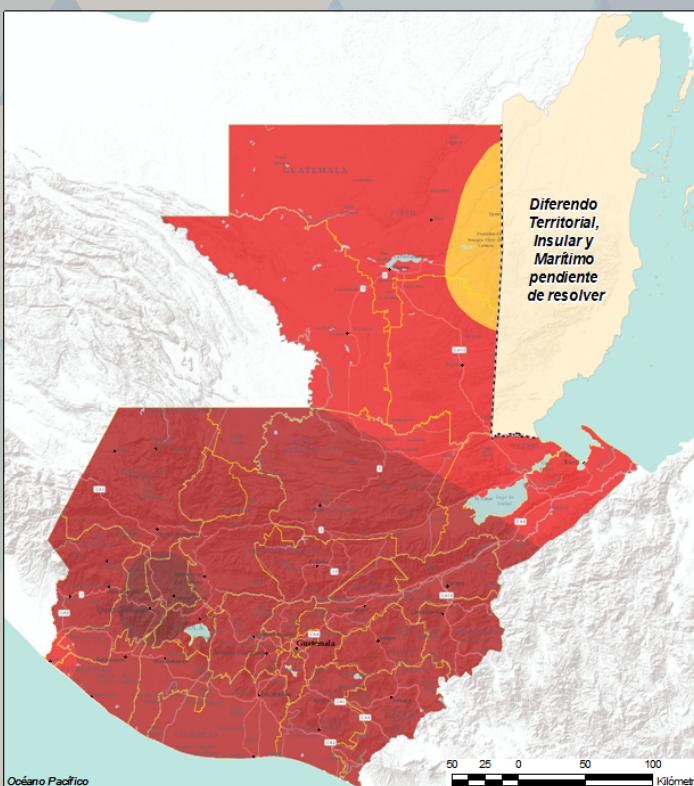
La importancia de la nubosidad sobre la radiación UV en superficie está bien establecida. La nubosidad tiene un efecto plano sobre la radiación UV, de modo que atenúa el espectro en la misma medida para todo el rango sin modificar ostensiblemente la estructura espectral. La cantidad de radiación UV atenuada por la nube será función del tipo de nube y de su desarrollo. En esta época del año las nubes se condensan por el efecto del frío en la zona polar; se puede percibir menos calor en presencia de estas nubes y puede resultar engañoso, ya que generar quemaduras en la piel debido a la escasa atenuación de estas nubes en la región ultravioleta. La presencia de nubes y el contenido de humedad de la atmósfera hacen que la radiación solar disminuya, con respecto a otra que no tenga nubes y la humedad atmosférica sea baja.

Mapas R-UV del 27 al 30 diciembre 2021

Radiación UV del Lunes 27 de Diciembre de 2021

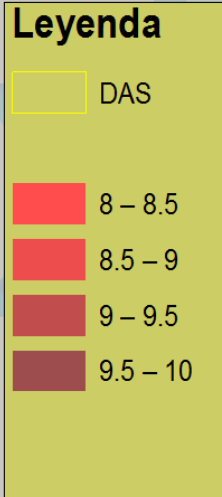
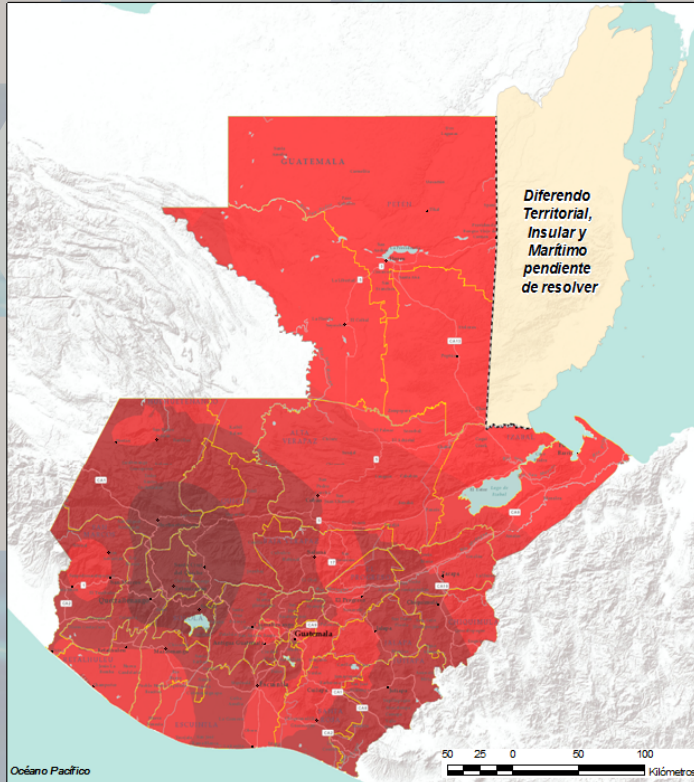


Radiación UV del Martes 28 de Diciembre de 2021



Mapas R-UV del 27 al 30 diciembre 2021

Radiación UV del Miércoles 29 de Diciembre de 2021



Radiación UV del Jueves 30 de Diciembre de 2021

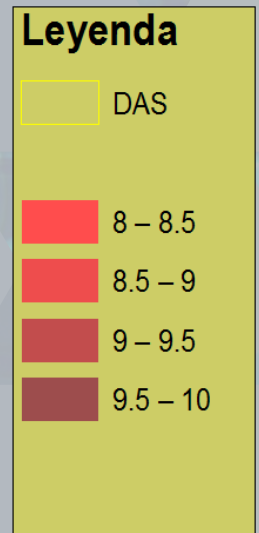
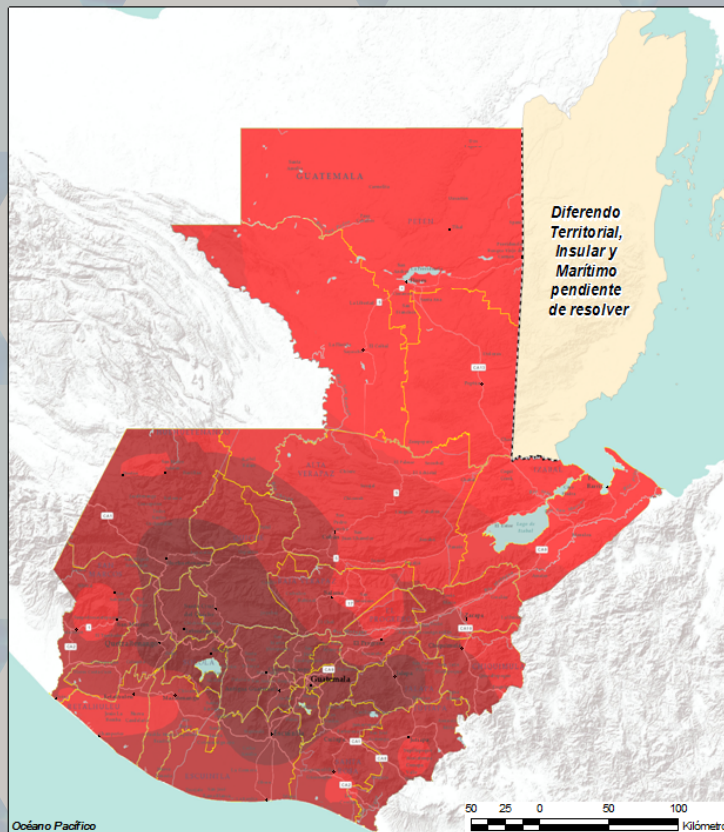


Tabla de valores

RECOMENDACIONES

- Protegerse con sombrillas o bajo la sombra de edificios y árboles.
- Evitar las actividades al aire libre entre las las 9:00 a las 16:00 horas.
- Incrementar la ingesta de líquidos, especialmente en niños, mujeres embarazadas y adultos mayores.
- Las personas deben aplicarse bloqueador solar en las partes expuestas de la piel (manos, rostro).
- Debe utilizarse camisas/blusas de manga larga, gorra, sombrero o visera, anteojos para el sol con filtro UV

Nombre	Lunes 27	Martes 28	Miércoles 29	Jueves 30
Antigua Guatemala	9	9	9	10
Champerico	9	9	9	9
Chimaltenango	9	9	9	10
Chiquimula	9	9	9	9
Chiquimulilla, Santa Rosa	9	9	9	9
Cobán	9	9	9	9
El Progreso	9	9	9	9
Escuintla	9	9	9	10
Guatemala	9	9	9	10
Huehuetenango	9	9	10	10
Jalapa	9	9	9	10
Jutiapa	9	9	9	9
Malacatán	9	9	9	9
Melchor de Mencos	8	7	8	8
Nentón	9	9	9	9
Ocós	9	8	9	9
Poptún	8	8	8	8
Puerto Barrios	8	8	8	8
Puerto San José	9	9	9	9
Quetzaltenango	10	10	10	10
Retalhuleu	9	9	9	9
San Antonio, Such.	9	9	9	9
San Benito	8	8	8	8
San Marcos	9	9	9	9
San Mateo Ixtatán	9	9	9	9
San Miguel Chicaj	9	9	9	9
Santa Cruz del Quiché	9	9	10	10
Sayaxché	8	8	8	8
Sololá	9	9	10	10
Tejutla	9	9	9	9
Tikal	8	8	8	8
Totonicapán	10	10	10	10
Zacapa	9	9	9	9

Los datos previstos del índice UV son en el supuesto de cielo despejado. La siguiente tabla muestra el factor de protección solar recomendado en función del valor del índice ultravioleta.

Nivel radiación (UVI)		Exposición máxima sin protección		Factor protección indicado	
UV	Descripción	Piel clara	Piel oscura	Piel clara	Piel oscura
0 - 2	Bajo	80 minutos	110 minutos	15	8
3 - 5	Moderado	40 minutos	60 minutos	25	15
6 - 7	Alto	25 minutos	35 minutos	30	25
8 - 10	Muy alto	20 minutos	30 minutos	50+	30
11+	Extremo	15 minutos	25 minutos	50+	50+

No olvide tomar medidas de prevención ante el COVID-19