



La luz de la muerte... ¡cuidado!

intensidad de la tormenta eléctrica. Entre abril y octubre, principalmente, es cuando ocurren aquí con más fuerza, y provocan la fulguración o muerte, enfatiza.

Alexey puntualiza que la referida indagación creó el mito de que los hombres son víctima de los rayos por encima de las mujeres, así como que en las zonas rurales se reportan las cifras más altas de fulgurados, cuyas edades oscilan de 13 a 35 años.

PRECAUCIÓN NECESARIA

El divertimento tiende a "divorciar" un binomio imprescindible para que el verano sea una etapa liberada de angustias y contratiempos: responsabilidad contra peligro, sean potenciales o no. No solo llaman a la cordura las alertas sanitarias, los agentes del orden y las reglas o normas de los lugares elegidos para descansar. Los eventos naturales también lo hacen, y entre ellos, las tormentas eléctricas con especial matiz.

Los expertos del IGA recomiendan a los pobladores que ante la proximidad de un fenómeno de tal tipo deben de inmediato buscar un lugar seguro. Significa eso alejarse de espacios abiertos, actividades laborales y deportivas, piscinas, playas, botes, ríos, duchas o cualquier estanque con agua.

En caso de estar inevitablemente a la intemperie y ser sorprendidos por este suceso, la conducta correcta es unir los pies y mantenerse lo más bajo posible. Si va en un vehículo, cerrar las ventanillas y no tocar las partes metálicas, lo mismo que bajo estructuras cerradas. Alejarse de puertas, ventanas, cañerías, grifos, tomacorriente y equipos eléctricos es otra precaución necesaria.

Una advertencia especial hacen a quienes piensan que estar bajo los árboles los salva del impacto. Todo lo contrario. Volar un papalote puede ser fatal, así como desconectar las antenas de la televisión mientras relampaguea, recalcan los investigadores.

APUNTES PARA PENSAR

A pesar de que en invierno también los relámpagos y truenos ponen feos



Alexey Moreno Borges.

Foto: Cortesía del entrevistado

Casi a punto de acabar el verano, pudiera creerse que termina el peligro que engendran las tormentas eléctricas. Pues no, este fenómeno natural puede llamar a la muerte si no tenemos conciencia de que somos responsables, en cualquier época, de nuestras vidas. Solo basta combinar las condiciones atmosféricas adecuadas con una actitud negligente, como señala Manuel Antonio Iturralde, presidente de la Sociedad Cubana de Geología y ratifica el máster Alexey Moreno Borges.

Según las estadísticas, por dicha causa mueren en el mundo entre seis mil y 24 mil personas y es hoy un problema global. Cuba califica como uno de los países más perjudicados en el planeta por la enorme actividad eléctrica generada por las tempestades, las cuales se agudizan en los meses estivales por el elevado calentamiento del aire al entrar en contacto con la superficie.

No monte a caballo, jamás se le ocurra protegerse bajo un árbol -los pinos parecen ser favoritos de estas mortales descargas-, aléjese de los conductores eléctricos, desconecte todos los equipos y nunca crea que es un pararrayos. Los ocho millones de relámpagos que caen diariamente en la Tierra son capaces de liberar una energía comparada con dos millones de toneladas de dinamita, según fuentes acreditadas.

Hay historias como la del campesino puertopadreño Jorge Márquez, el famoso Hombre Pararrayos, que ha sobrevivido al impacto de más de cinco eventos de este tipo, pero al decir del doctor Rubiera resulta extremadamente difícil creerlo y quienes corren esa suerte pueden darse en el pecho, pues "en los casos de impacto directo hablamos de temperaturas de seis mil grados Celsius, y en todo caso, hay miles de voltios de diferencia de potencial. Eso no hay cuerpo que lo resista", afirma.

Usted no juegue con su vida ni expongá a la familia, por si acaso. ¡Cuidado!, hay tormenta en el ambiente. La chispa directa de un rayo, mata.

Por Graciela Guerrero Garay

Las tormentas eléctricas han estremecido las tardes de este verano, esos fenómenos dejan huellas dolorosas y luto en las familias. Cifras difundidas recientemente por expertos del Instituto de Geofísica y Astronomía (IGA), señalan que cada año un promedio de 65 cubanos pierden la vida por culpa de los rayos, un asunto del que todavía no existe una percepción real de riesgo, fundamentalmente entre los banistas o en quienes son sorprendidos por truenos y relámpagos a cielo abierto.

Es la primera causa de muerte ocasionada por eventos naturales en el país, donde en el período de 1979 al 2013 fallecieron fulminadas unas mil 682 personas. El doctor José Rubiera, prestigioso investigador y popular meteorólogo cubano, señala que aproximadamente en cuatro segundos caen en el mundo 176 rayos, producidos en alrededor de dos mil tormentas eléctricas. Según estudios de los satélites de la NASA de los Estados Unidos, ocurren 44 cada segundo y casi cuatro millones por día, de los cuales el 78 por ciento sucede en latitudes tropicales.

Para Rubiera es un acontecimiento muy serio, frecuente y de grandes implicaciones, con miles de millones de Watts de energía, cuya chispa se propaga a la increíble velocidad de 200 mil kilómetros por hora. Si esa

energía pudiera emplearse en la práctica, una sola tormenta ofrecería electricidad por bastante tiempo a las mayores ciudades del planeta, indica el especialista, luego de apuntar que aunque no es frecuente, la poderosa luz viaja horizontal hasta una distancia entre los 25 a 30 kilómetros de donde se originó.

Al respecto, alerta del caso de una chica que murió bajo esas circunstancias, mientras caminaba tranquila por la acera. Y advierte que muchos individuos actúan, sin saberlo, de manera descuidada en presencia de un suceso eléctrico cercano. Son muertes que pueden evitarse.

BUSCANDO EN CASA

El máster en Ciencias Alexey Moreno Borges, subdirector técnico del Centro Provincial de Meteorología, confirma que alrededor de cinco a siete personas fallecen todos los años en Las Tunas por las descargas eléctricas, según un estudio realizado por esa institución desde 1972 hasta el 2006, y actualizado en el 2015. La investigación corroboró que es uno de los territorios con mayor índice de afectados por dicho fenómeno.

Anualmente se analizan dichas estadísticas y es importante que la población conozca que en cualquier mes pueden suceder, por estar asociados a frentes fríos, ondas tropicales, bajas extratropicales y al fuerte calentamiento diurno que es lo más frecuente en cuanto a cantidad e

Proteger la vida

Por Misleydis González Ávila

Él parecía desnudarla con la mirada y ella, desde una esquina del pequeño salón, disfrutaba sentirse deseada. A los pocos minutos ya estaban uno al lado del otro y de la manera más natural sucedieron las presentaciones. Luego vino el baile y unas cuantas cervezas arrancaron las palabras excitantes.

Amanecieron envueltos entre las sábanas y al mirarse ni siquiera recordaron sus nombres. Un par de extraños que compartieron una noche de placer sin pensar en las consecuencias; apremiaba apagar el fuego de dos cuerpos y no pensaron en usar protección. Las preocupaciones llegaron después, con el alba, pero ya era demasiado tarde.

La joven se vistió muy rápido sin decir palabra alguna, mientras él continuaba medio aturdido. No hubo despedidas ni la promesa de un reencuentro. Todo acababa allí, o por lo menos eso imaginó ella. La "aventurita" le costó muchas lágrimas, contra una infección de transmisión sexual (ITS).

Nunca quiso averiguar el paradero de aquel hombre. Prefirió permanecer lejos y cargar con la culpa de sus decisiones. Tristemente, la mala experiencia de esta mujer se repite en la sociedad más de lo que podemos imaginar; no son pocas las personas que experimentan tan peligrosos momentos y ponen en riesgo su existencia.

En estos días de verano, Cupido lleva más flechas que de costumbre. Las playas, campismos y fiestas deparan sorpresas y cualquier instante resulta apropiado para amar. Aunque siempre es mejor darse la oportunidad de conocer a quien despierta nuestro interés, aquellos que deciden entregarse de inmediato a la pasión deben ser responsables y usar el condón.

METAS

De acuerdo con Mayelín Ayala García, especialista del Programa ITS/VIH/Sida en la provincia, hasta el cierre del segundo semestre del actual año el comportamiento de las ITS fue similar a igual período del 2017. Los registros muestran un incremento de la sífilis, que es curable, pero deja lamentables secuelas. El condiloma y el herpes, mantienen una tendencia similar a las etapas precedentes; ambas son incurables y representan una puerta de entrada al VIH.

"Hemos diagnosticado con VIH a seis pacientes más que el calendario anterior. Las edades con mayor afectación siguen siendo de 20 a 25 años, específicamente, los hombres que tienen sexo con otros hombres (HSH). A pesar de la información que brindamos, los tuneros poseen baja percepción del riesgo", dice.

Aquí la labor de la prevención va dirigida a los diferentes grupos vulnerables, que incluyen a los HSH, mujeres, jóvenes y personas trans

(travestis, transgéneros y transexuales) y las que practican el sexo transaccional. En estos meses, las actividades han tenido como escenarios los campamentos de verano en el instituto preuniversitario vocacional de ciencias exactas (Ipvce) Luis Urquiza Jorge, la Universidad de Ciencias Médicas y otras áreas de recreo.

"Tenemos en cuenta los sitios de encuentro y en el caso de los HSH, visitamos los lugares donde practican sexo. En este caso, nos auxiliamos de los educadores pares, es decir, los promotores de igual condición que orientan y les facilitan las pruebas rápidas para determinar la condición serológica y puedan actuar en correspondencia".

"Todavía existen tabúes -continúa la especialista- para reconocer la orientación sexual y muchos hombres optan por preservar en la sociedad su imagen heterosexual. Sin embargo, mantienen relaciones homosexuales desprotegidas en parajes y condiciones inapropiadas. Luego transmiten a su esposa las ITS; es lo que llamamos cadena epidemiológica".

Las casas de Orientación a la Mujer y la Familia también son un espacio para informar sobre este importante tema. Con la ayuda del bloque de la Federación de Mujeres Cubanas en las comunidades se dan talleres de actualización y las féminas comparten las enseñanzas con



los familiares, aprenden a planificar el embarazo, a negociar el uso del preservativo con la pareja...

En estos tiempos, no pocas personas asumen un diagnóstico del VIH con la mayor tranquilidad. Al respecto, Ayala refiere: "El Sida mata, estigmatiza, lacera al individuo y a la sociedad. No podemos esperar a una situación puntual para hablar de este asunto; los padres, maestros y promotores deben extender el mensaje educativo a los más jóvenes".

Y agrega: "Hay que protegerse en cada relación sexual, ya sea anal, bucal o vaginal. Quienes padecen la infección nunca pueden descuidarse porque al intimar con otro enfermo, el virus se hace más fuerte. La adherencia al medicamento, una dieta balanceada y el apoyo familiar son

esenciales en la calidad de vida del paciente".

Las regiones de Latinoamérica y el Caribe marcan ambiciosas metas para el 2020. El propósito es lograr que el 90 por ciento de los individuos con VIH sepan su diagnóstico, el 90 permanezca bajo tratamiento y el 90 por ciento mantenga una carga viral indetectable. De esa manera se reduciría el número de nuevas infecciones, los diagnósticos tardíos y las muertes por Sida.

Alcanzar ese fin depende, en gran medida, de la responsabilidad individual; nadie está exento de enfermarse. Quienes hoy viven con VIH o padecen otra ITS -como la muchacha de la historia inicial- nunca imaginaron que serían víctimas de sus propios actos. Elegir una relación protegida puede salvarnos la vida.