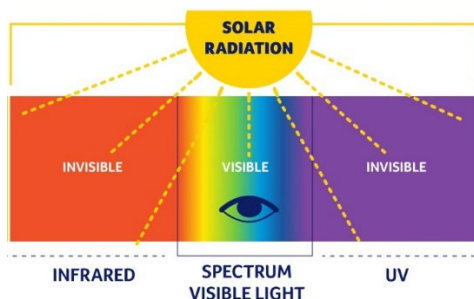


## Peligros de la Luz Ultravioleta

¿Qué es la luz ultravioleta, y qué debo hacer si me encuentro con una?



La luz ultravioleta es un tipo de radiación electromagnética. Esto se puede producir a partir de muchas fuentes, pero una a la que todos estamos expuestos a diario es el sol. Afortunadamente para nosotros, la atmósfera de la tierra nos protege de la mayoría de la peligrosa radiación UV, sin embargo, todos sabemos que si nos exponemos a la luz solar directa durante demasiado tiempo, podemos quemarnos con el sol.

Otra forma común en que nos encontramos con la luz ultravioleta es a través de actividades de soldadura. Cuando se suelda, se produce una fuerte radiación UV que puede reflejarse en las superficies lisas que te rodean y darte un efecto similar a las quemaduras solares. Para algunos, pueden encontrar luz ultravioleta dentro de las unidades HVAC. Algunas de estas unidades tienen luces UV instaladas para ayudar con la desinfección del aire.

### Efectos sobre la salud:

Al igual que cualquier otra cosa, demasiada exposición a la luz ultravioleta puede tener efectos adversos. Como hemos comentado, un efecto común de la sobreexposición son las quemaduras solares. Para aquellos que trabajan en unidades HVAC o realizan actividades de soldadura, no protegerse adecuadamente puede resultar en una afección llamada quemaduras corneales repentinas, o más comúnmente conocida como ojo de soldador. Esto ocurre cuando los ojos se exponen a luces UV brillantes, lo que provoca visión borrosa, ojos inyectados en sangre y una sensación similar a la arena en los ojos. La intensidad de esta afección varía según el método de exposición y el tiempo, por lo que es importante protegerse.



### ¿Cómo nos protegemos?

Conocer los métodos de exposición comunes y los métodos de protección puede ayudarlo a protegerse de la luz ultravioleta. En primer lugar, cuando trabajemos en unidades HVAC que contengan luces UV, asegúrese de que se sigan los procedimientos adecuados de bloqueo y etiquetado, y de que todas las luces UV estén apagadas. La luz UV se refleja en las superficies, es importante tener esto en cuenta incluso si no está trabajando en la sección de una unidad HVAC donde estará expuesto directamente a las luces, ya que puede rebotar en las paredes interiores y



aún así afectarlo, por lo que es importante asegurarse de que todas las luces estén apagadas antes de ingresar.

Para las actividades de soldadura, se debe usar una capucha de soldadura para proteger sus ojos

Además, usar ropa que cubra completamente la parte posterior de la cabeza y el cuello evitará que la luz reflejada le provoque quemaduras solares en las áreas expuestas.

Para protegerse de los rayos UV del sol, usar bloqueadores solares con un FPS adecuado le ayudará a protegerse de muchos de los efectos adversos de la luz solar. Además, evite estar de pie bajo la luz solar directa durante un período prolongado y busque áreas sombreadas para realizar el trabajo cuando sea posible.