

Los usos del huso

Cada vez que concluyen los meses de marzo y octubre tenemos el mismo y apasionado debate sobre las maldades y bondades del adelanto o atraso horario, según corresponda, con el objetivo de un espectacular ahorro económico para el país. Y siendo que la economía va como va, habrá que empezar a pensar que gracias al depósito concebido en su día para garantizar el gasto en pensiones y a las medidas de cambio horario por lo que nuestro país subsiste. Y aunque siempre está en el contexto general de este debate, a lo que menos se le presta atención es a la repercusión que en nuestra salud tienen este tipo de hecho. Pero se le dedica menos atención que a esas noticias tan manidas sobre lo que supone el jet-lag en los viajes intercontinentales. Pues bien, nuestro Presidente en funciones ha pensado que era buen momento introducir debate al respecto, sobre todo pensando en la conciliación familiar. Vamos, que cambiando de hora se van a resolver los problemas de las parrillas televisivas. Cada vez que viajo a Centroeuropa puedo comprobar cómo con la misma hora en el reloj, estando aquellos lugares cercanos a los 30 grados longitud Este, son casi dos horas solares más las que tienen respecto a nosotros. Así, cuando ellos se levantan a las 6:00h nosotros tendríamos que hacerlo casi a las 8:00.

Os lo puedo jurar: la sensación de que son personas que madrugan y que nosotros holgamos es tan real como errónea. Reflexionar un poco sobre el cálculo de la hora oficial es realmente apasionante, pues intervienen: la hora solar verdadera, la corrección gubernamental, la corrección por longitud (4 minutos por cada grado de variación en la longitud) y la ecuación del tiempo (que tiene en cuenta la velocidad de giro de la Tierra alrededor del Sol, que no es constante por ser la órbita elíptica y no circular). De este modo, incluso en el propio territorio peninsular, podrá haber desfases que alcancen casi una hora solar, pero que serán corregidos por la hora oficial. Pero, terminamos debatiendo sobre lo que nos propone el plasma, siendo inexistente la reflexión sobre el meollo: los ritmos circadianos, tan presentes en la naturaleza, nos habilitan para mayores tiempos de vigilia durante el verano y de sueño durante el invierno. Y sobre todo, nos ayudaría a romper con esos falsos mitos de que se madruga en otros lugares mientras que aquí esperamos acostados a que el sol nos eche de la cama.

Fecha: 05/04/2016

Enrique de Amo
Decano Facultad de Ciencias Experimentales de la UAL