

RECREO. Nº 98

10 JULIO 2018 – 10 AGOSTO 2018

SUMARIO

PRESENTACIÓN

NO TE LO PIERDAS

- ❖ Cine
- ❖ Libros
- ❖ Concurso 'Prometeo'

¿SABÍAS QUE...

- ❖ ... en el agua del mar flotas mejor?
- ❖ ... los ratones cantan?

LO DICE MI ABUELO: "Veraneando, el tiempo se va volando"

¡ATENCIÓN! EL SLIME PUEDE SER PELIGROSO

PASTEL DE ENSALADILLA RUSA

EL TEST DE LA ONCE

PASATIEMPOS

- ❖ Verdadero o falso

PRESENTACIÓN

¡Hola de nuevo! ¿Cómo va el verano? Seguro que descansando un montón y disfrutando a tope, que es lo que hay que hacer. Para ocupar tu tiempo libre, RECREO viene con una amplia cartelera cinematográfica, un libro que te va a encantar y muchas historias curiosas.

¿Te gusta hacer *slime* en casa? Pues cuidado porque puedes correr riesgos importantes. Te explicaremos lo que es el *slime*, si no lo conoces, y lo que debes de tener en cuenta para que no sea peligroso. Además, te hablaremos del agua del mar y de los ratones, unos animalillos muy alegres.

Las comidas frías son típicas en meses de calor como los que estamos viviendo. ¿Te apetece preparar un delicioso pastel de ensaladilla rusa? A continuación te enseñaremos cómo hacerlo.

Ya se va acercando el número 100 de nuestra revista y, como sabes, hemos convocado un concurso de haikus, tuits y eslóganes sobre RECREO. No seas perezoso y anímate a participar, tienes hasta el 10 de septiembre para enviarnos tus creaciones. Ya sabes que solo por participar recibirás un regalo.

Por cierto, ya tenemos a los ganadores del Concurso Literario ‘Prometeo’ 2018. Presta atención, los conocerás en un rato. Y antes de comenzar, recuerda que el próximo número de RECREO, el 99, no llegará hasta el 10 de septiembre porque la revista también se toma su mes de vacaciones, como sabes.

¡Empezamos!

NO TE LO PIERDAS

CINE

Novedades del catálogo de películas con audiodescripción

‘Wonder’

Auggie Pullman es un niño que nació con una malformación facial. Ahora, tras 10 años de hospital en hospital y de largos periodos en su casa, tendrá que hacer frente a un gran reto: asistir por primera vez a la escuela.

Gracias al apoyo de sus padres, Isabel y Nate, Auggie tratará de encajar entre sus nuevos compañeros y profesores, demostrando que pese a su físico es un niño como otro cualquiera.

‘Coco’

En un pequeño y alegre pueblo mexicano vive Miguel, un niño de 12 años que pertenece a una familia de zapateros, en la que la música está prohibida. Durante generaciones, los Rivera han censurado la música porque creen que hay una maldición en ella.

Su pasión le llevará a adentrarse en la "Tierra de los Muertos" para conocer su verdadero legado familiar.

Si te interesan ‘Wonder’ y ‘Coco’, puedes solicitarlas con los números P-0597 y P-0598, respectivamente, del catálogo de películas audiodescritas.

Estrenos en salas

‘Jean-François y el sentido de la vida’

Francesc, un niño solitario de 13 años, descubre en la escuela el libro ‘El mito de Sísifo’, de Albert Camus, por el que queda fascinado. A partir de este momento se hará llamar Jean-François, se sube el cuello de la chaqueta y decide convertirse en existencialista. Su nuevo objetivo será ir a París a encontrar a Camus.

Luna, una adolescente que vive el presente, le acompañará en su aventura con una única condición: parar por el camino para encontrarse con el chico francés con el que tuvo una historia el verano pasado. Juntos emprenden un viaje para, con Camus o sin él, descubrir cuál es el sentido de la vida.

‘Hotel Transilvania 3: Unas vacaciones monstruosas’

Nuestra familia de monstruos favorita se embarca en un crucero de lujo para que por fin Drac pueda tomarse un descanso en su trabajo, que consiste en proporcionar vacaciones y diversión al resto en el hotel.

Es una navegación tranquila para la pandilla de Drac, ya que los monstruos se entregan a toda la diversión a bordo que ofrece el crucero, desde el voleibol de monstruos y las excursiones exóticas a ponerse al día con sus bronceados de luna.

Pero las vacaciones de ensueño se convierten en una pesadilla cuando Mavis se da cuenta de que Drac se ha enamorado de la misteriosa capitana del barco, Ericka, quien esconde un peligroso secreto que podría destruir a todos los monstruos.

‘Barcos’

Se acerca una gran tormenta y Elías recibe una llamada de emergencia de la ciudad vecina de Big Harbor, pidiéndole que rescate un barco que tiene problemas en la cueva del Agujero Negro.

Como resultado de su valiente rescate, le ofrecen promocionarlo para convertirse en el barco de rescate de Big Harbor. Así que Elías deberá dejar atrás a sus amigos para probar suerte en la gran ciudad. Pero ser un barco de rescate en Big Harbor resulta ser mucho más difícil de lo esperado.

Una tarde, Elías tiene un encontronazo con un grupo local. Descubre que están desenterrando un metal precioso ilegal que emite ondas electromagnéticas, las cuales afectan al clima. ¿Se dará cuenta Elías de que la única manera de detener las excavaciones ilegales es con la ayuda de sus amigos?

‘Los Increíbles 2’

Llega la secuela de ‘Los Increíbles’. Helen tiene que liderar una campaña para que los superhéroes regresen, mientras Bob vive su vida “normal” con Violet, Dash y el bebé Jack-Jack –cuyos superpoderes descubriremos–.

Su misión se va a pique cuando aparece un nuevo villano con un brillante plan que lo amenaza todo. Pero los Parr no se amedrentarán, y menos teniendo a Frozone de su parte.

LIBROS

¿Crees en la magia? Bienvenido a Nevermoor

Por Nuncy López

En esta ocasión traemos a la sección de literatura un libro que acaba de llegar a las librerías españolas que viene cargado de aventuras, magia y humor. Se trata de ‘Nevermoor. Las pruebas de Morrigan Crow’ (editorial Destino), de la escritora australiana Jessica Townsend.

Este libro va dirigido a niños mayores de nueve años, pero también a lectores adultos que sigan teniendo ilusión y que continúen creyendo en la magia, por lo que es ideal para que compartas su lectura con tus padres y hermanos mayores. Lo pasaréis genial.

Morrigan es una niña de ojos negros extraña, lista y carismática, con unos padres poderosos que no le hacen ningún caso y a la que todos culpan de las cosas malas que suceden. Aunque eso no es lo peor; lo peor es que ella arrastra una maldición atroz que la condena a morir antes de cumplir los 11 años.

La niña acepta su destino con valentía, pero justo antes de que el reloj marque las 12 del día de su cumpleaños y de que los espantosos lobos aulladores vengán a llevársela, un hombre misterioso la rescatará para llevársela a Nevermoor.

En este mágico lugar, Morrigan podrá burlar a la muerte y formar parte del grupo de los elegidos si consigue superar cuatro pruebas imposibles. Pero

no es fácil, y menos cuando ella cree que no tiene el talento necesario para lograrlo. ¿Conseguirá Morrigan reclamar su sitio en esta nueva ciudad antes de que las sombras vengan a por ella? Lo descubrirás cuando leas el libro.

Confianza y valentía

Este entretenido libro es una mezcla de 'Matilda', 'Narnia' y 'Alicia en el País de las Maravillas', y también hay comparaciones con 'Harry Potter'. Pero lo cierto es que 'Nevermoor. Las pruebas de Morrigan Crow' encierra su propio encanto y te trasladará a un mundo donde toman vida la esperanza y la imaginación.

Jessica Townsend presenta una historia mágica y fantástica protagonizada por deliciosos y extravagantes personajes que nos recuerda que los hechos inesperados pueden cambiar el rumbo de las cosas y que vivir la vida con confianza, seguridad y valentía es más divertido.

Seguro que tiene muy buena acogida entre los lectores españoles y que es todo un éxito ya que viene precedido de un montón de premios importantes, como los galardones Bookseller Book of the Year (Libro del año de las librerías), Amazon's Best Children's Book of the Year (Mejor libro del año para niños de Amazon), A Time Magazine Best Book of the Year (Mejor libro del año de la revista Time), entre otros.

¿Una segunda parte?

Aventura, magia, humor, retos y acción trepidante son los ingredientes fundamentales de este libro, que seguramente tendrá una segunda parte ya que esta primera termina con muchas preguntas en el aire que es más que probable que tengan respuesta en futuros libros.

Además, no tardaremos mucho en ver la historia de 'Nevermoor. Las pruebas de Morrigan Crow' en la gran pantalla, ya que los derechos cinematográficos han sido comprados recientemente por el estudio de cine estadounidense Twentieth Century Fox.

Jessica Townsend vive en la actualidad en la soleada costa australiana, pero durante unos años vivió entre Australia y Londres. Durante ocho años fue creativa en una empresa y, también, editora de la revista infantil de vida salvaje del Zoo de Australia. 'Nevermoor. Las pruebas de Morrigan Crow' es su debut en la literatura.

CONCURSO 'PROMETEO'

¡Enhorabuena a los ganadores del Concurso 'Prometeo'!

Ya tenemos a los ganadores de la edición del Concurso Literario 'Prometeo' de 2018 y queremos felicitar a todos ellos. Presta atención si eres uno de los afortunados porque recuerda que tienes una cita los días 7, 8 y 9 de septiembre a la que no puedes faltar. Son las jornadas culturales de las que

ya te hablamos en el número anterior de RECREO, a las que están invitados los ganadores de las dos últimas ediciones del concurso 'Prometeo'.

Y ahora sí, vamos con los ganadores de este certamen literario que, como sabes, tiene como objetivo fomentar la creación literaria entre el sector más joven de la población afiliada a la ONCE.

En el Grupo 1, en el que concursan las niñas y niños de 6 a 10 años, la ganadora del primer premio ha sido Llara Camblor Chacón, del Colegio Público El Parque de Blimea (Oviedo), por su obra 'Memorias de una oveja'. El segundo premio ha recaído en Ethan Rubio García, del Colegio Mare de Déu de L'Assumpció de Badalona (Barcelona), por su trabajo 'Mis ojos son especiales', que lleva ilustraciones de Daniel Serrano Oliver.

Además, han recibido menciones especiales del jurado del concurso en este grupo de edad de Mercedes Mainzer Mainzer, del Colegio St. Paul's School (Barcelona), por 'Wonder, el perrito maravilloso'; y María Dolores Laguna Hens, del CEIP Federico García Lorca de Fuente Palmera (Córdoba), por la obra 'Un superhéroe'.

Los ganadores del Grupo 2, en el que participan los alumnos de 11 a 14 años, han sido Antonio Montoya Moreno, del Colegio Nuestra Señora del Milagro (Almería), que se ha llevado el primer premio por su trabajo titulado 'Érase una vez un cuento', con ilustraciones de Ana Belén Montoya Moreno; y Juan David Malusín Castillo, del IES Thader de Orihuela (Alicante), que obtiene el segundo premio con 'El día que desaparecieron las mates'.

Las menciones especiales en este grupo fueron para Jesús Ortega Rodríguez, del CEIP San Sebastián (Huelva), por su relato titulado 'El titiritero del faro', ilustrado por Samuel Rodríguez Morcillo; y Mar Pérez García, del CEIP Bisbat d'Ègara de Terrassa (Barcelona), por 'El sueño de mar'.

En el grupo 3 (de 15 a 18 años), Lucía Tabernero Tabernero, Facultad de Derecho (Valladolid), se ha hecho con el primer premio, por su relato 'El caso Galatea'; mientras que el segundo ha sido para Néstor Rodríguez Simón, del IES Vacarisses de Vacarisses (Barcelona), por 'Tender una emboscada'.

Las menciones especiales en el grupo 3 se las han llevado Lucía Álvarez Martínez, del IES Carlos Casares (Vigo), con su relato 'Dos estaciones de reflexión'; Eva Riera Navarro, del IES Pedreguer de Pedreguer (Alicante), con 'Asesinato en el instituto', y Carmen López Garnero, del IES Figuera Pacheco (Alicante), con el relato 'Farmafuture'.

En el Grupo 4, donde concursan los alumnos escolarizados en centros o aulas de Educación Especial con edades de 7 a 19 años, el primer premio ha sido para Javier Tejada Gómez, del IES Inca Garcilaso de Montilla (Córdoba), por la obra 'La pelota mágica de Andrés', que tiene ilustraciones de Rocío Mármol López. El segundo premio ha correspondido a Natalia

Cortés Martín, del Colegio de Sordos Sagrada Familia (Granada), con el trabajo 'El primer amor de Alba'.

Por lo que se refiere a los Premios de Poesía, el primer premio ha quedado desierto, y el segundo ha sido para María Ladero Barreda, del Colegio Santa Rita (Palencia), por 'Colección de poemas'.

También ha quedado desierto el Premio Especial de Braille en esta edición de los Premios 'Prometeo'.

El Concurso Literario 'Prometeo' está dotado con interesantes premios que consisten en material educativo, didáctico y tiflológico, que, como ya sabes, es el específico para personas con discapacidad visual. Los ganadores de la edición de este año recibirán sus premios no más tarde del próximo 30 de septiembre.

¿SABÍAS QUE...

... en el agua del mar flotas mejor?

Seguro que ya has comprobado que en el agua del mar flotas mejor que en el agua de la piscina y, si aún no te has percatado, presta atención la próxima vez que vayas a la playa este verano. Efectivamente, en el mar tu cuerpo parece más ligero que en el agua de la piscina y, por lo tanto, te hundes menos y te cuesta menos sostenerte a flote.

La razón no es otra que la sal que contiene el agua del mar, que hace que esta agua sea más densa, más espesa, y, por ello, sea más fácil flotar. Y cuanto más salado es el mar, mejor nadarás y menos te hundirás. De hecho, hay un mar en Asia, el Mar Muerto, que es tan salado que flotas sin el menor esfuerzo.

Seguro que estás pensando, ¡qué guay! Pero también es cierto que la sal es muy incómoda. El agua salada del mar puede provocarte picores en la piel y en los ojos, y no digamos si tienes la mala suerte de pegarte algún que otro trago cuando estás jugando; está asquerosa ¿verdad? Esperamos que no te suceda este verano.

... los ratones cantan?

Así es, lo que pasa es que sus cánticos son tan agudos que son imposibles de percibir por el oído humano. Además, no cantan todos, solo los ratones macho son los que emiten estos sonidos de alta frecuencia, y lo hacen para atraer y cortejar a las hembras.

Te preguntarás cómo se ha podido saber que los ratones cantan si no es posible oírlos. Pues porque se han realizado estudios por parte de algunos científicos que han escuchado grabaciones de los sonidos de los ratones,

adaptadas para el oído humano, y han comprobado que esas serenatas amorosas no eran chillidos aleatorios sino que eran canciones.

Según estos investigadores, los sonidos emitidos por los ratones siguen un patrón y suenan como el cantar de los pájaros. Vamos, que no son emitidos al azar sino que cantan como si siguieran una partitura. Hay incluso investigadores que creen que los ratones no solo pueden cantar sino que aprenden nuevas melodías e imitan las canciones de otros, una facultad que parece exclusiva de los seres humanos y algunas aves como los loros.

LO DICE MI ABUELO...

“VERANEANDO, EL TIEMPO SE VA VOLANDO”

Seguro que adivinar el significado de este refrán no te resulta nada difícil porque todos los años los veranos se te pasan volando ¿verdad? Efectivamente, lo que significa este refrán es que en vacaciones y en verano te lo pasas tan bien que el tiempo se pasa muy rápido, demasiado rápido ¿no crees?

Es curioso, pero cuando lo estás pasándolo mal por algún motivo, por ejemplo, cuando tienes exámenes y tienes que estudiar un montón y no te queda tiempo para jugar, parece que el tiempo no pasa, que se alarga. En cambio, cuando estás de vacaciones y divirtiéndote todo el día, las horas y los días pasan rapidísimo.

Es como si el tiempo fuera un chicle, que se encoge cuando nos lo estamos pasando bien, dándonos la sensación de que el tiempo se acorta, y que se estira cuando no nos estamos divirtiendo, dándonos la impresión de que se hace más largo. Pero solo es eso, sensaciones e impresiones porque realmente el tiempo es el mismo.

Y si encima hay fiesta, más rápido aún se pasa el tiempo. Ya lo dice otra versión de este mismo refrán: “Con jolgorio y veraneando, el tiempo se va volando”. Porque sabes lo que significa la palabra jolgorio ¿no? Jolgorio es fiesta y diversión a tope.

Pues ya sabes, si este verano el tiempo se va volando es que te lo estarás pasando fenomenal. Veranees en la playa, en el campo o donde sea, disfruta un montón porque cuando quieras darte cuenta se habrán terminado las vacaciones y el verano y los días parecerá que se van haciendo cada vez más largos.

¡ATENCIÓN! EL SLIME PUEDE SER PELIGROSO

Por Nuncy López

El *slime* se ha puesto muy de moda y cada vez son más los niños que se dedican a hacerlo en casa. Pero, ¡cuidado! porque puede entrañar riesgos importantes para tu salud. Si este verano estás ocioso y se te ocurre fabricar *slime* casero, ten en cuenta todo lo que vamos a contarte a continuación.

Esta especie de moco, parecido al *blandiblú* de hace años, empezó a ponerse de moda en 2017 y causa furor en las redes sociales, donde se pueden encontrar un montón de recetas y fórmulas para hacer *slime* en casa. De hecho, el pasado año la palabra *slime* se situó entre las más buscadas en Google a nivel mundial.

En los comercios y en Internet se vende *slime* ya hecho y también productos y kits para prepararlo en casa, pero, como te hemos dicho, también circulan muchas recetas caseras. En todos los casos es conveniente tener cuidado con este “juguete” por los riesgos que puede entrañar para la salud de los chavales.

Durante el pasado curso, la organización de consumidores OCU, (las organizaciones de consumidores son esas asociaciones que defienden los derechos de los consumidores y usuarios cuando no son respetados) advirtió del peligro del *slime* y del aumento de las intoxicaciones en niños por utilizarlo, y varios colegios de España prohibieron su uso en los centros.

El peligro del bórax

Te preguntarás cuál es el problema del *slime*, esa masa viscosa que es un placer manosear. El problema es el bórax, borato o ácido bórico, una sustancia tóxica y peligrosa que puede causar irritación si se inhala y quemaduras en contacto con la piel y los ojos, además de problemas gastrointestinales si se ingiere. Precisamente el bórax es el que hace que el *slime* sea extensible y a la vez resistente cuando lo estiramos.

La citada organización de consumidores ha analizado en el laboratorio varios kits de preparación de *slime* de los que hay a la venta y ha comprobado que en algunos casos superan los límites de boro considerados seguros por la legislación, de manera que podrían resultar peligrosos para los niños.

Por todo ello, es muy recomendable ver la composición del *slime* y los kits para hacerlo que se adquieren en los comercios y comprobar que no llevan bórax. Y, por supuesto, no es en absoluto recomendable hacer *slime* casero porque se utilizan productos que no deben manipular los niños, a pesar de que haya un montón de tutoriales por Internet sobre cómo hacerlo en casa.

PASTEL DE ENSALADILLA RUSA

En verano solo apetecen las comidas frías ¿verdad? El gazpacho, el salmorejo, los helados... y la rica ensaladilla rusa, esa que lleva patatas y huevos cocidos, atún, aceitunas, zanahoria, guisantes, pimientos de piquillo... y mayonesa, por supuesto.

A continuación te proponemos sorprender a tu familia con un rico pastel de ensaladilla rusa. Te va a encantar a ti y a ellos. Como elaborar la ensaladilla rusa es algo complicado y bastante laborioso, puedes pedir a tu madre o a tu padre que la hagan ellos y te la dejen preparada en un bol. Tú te encargarás de montar el pastel. Lo dicho, les vas a sorprender.

Solo necesitarás un envase de aluminio de usar y tirar alargado, como los que se utilizan para hacer los bizcochos, cuatro rebanadas de pan de molde sin corteza, cuatro lonchas de queso (el que más te guste, Havarti, Edam, Gouda...), cuatro lonchas un poco grandes de jamón york y mayonesa.

Empezamos a montar el pastel. Lo primero que deberás hacer es poner un poco de mayonesa en la base del envase. A continuación cubre la base con dos rebanadas de pan de molde y extiende sobre ellas mayonesa. Coloca encima dos lonchas de queso, dos de jamón de york y otras dos de queso.

Pon de nuevo un poco de mayonesa encima del queso y vuelca la ensaladilla rusa, cerrando el pastel con las otras dos rebanadas de pan de molde y otra ligera capa de mayonesa encima. Cúbrela con la tapa del envase de aluminio y, si no tienes, con un trozo de film transparente, y métela en la nevera durante unas horas.

Pasado ese tiempo, corta el envase de aluminio por las cuatro esquinas y vuélcalo sobre un plato lo suficientemente grande. Cúbrela con un poco de mayonesa de nuevo y decórala como más te guste; simplemente con unos tomates cherry cortados a la mitad colocados encima y un poco de lechuga muy picada alrededor queda muy bien presentado. Y ¡voilà!, ya tienes tu rico pastel de ensaladilla rusa. ¡Buen provecho!

EL TEST DE LA ONCE

Ponte a prueba, ¿qué sabes de la ONCE? Contesta este test y ponte nota tú mismo. Cada una de las preguntas tiene una única respuesta. Por cada respuesta correcta, obtendrás 2 puntos. Si la respuesta es errónea, no consigues ningún punto. Recuerda que, si no eres capaz de contestar a alguna de las preguntas, puedes visitar la página Web de la ONCE (www.once.es), donde encontrarás la información que necesitas.

- 1) ¿Cómo se llama el grupo de teatro infantil de la ONCE de Extremadura?**

- a) Calamardo.
- b) Piñonate.
- c) Pocoyó.

Solución: b) Piñonate.

- 2) ¿Cómo se denomina a las aplicaciones que interpretan lo que muestra la pantalla del ordenador a través de voz, iconos sonoros o una salida braille?
- a) Braillenautas.
 - b) Youtubers.
 - c) Lectores de pantalla.

Solución: c) Lectores de pantalla.

- 3) ¿Qué entidad se encarga de producir y distribuir entre las personas con discapacidad visual documentos y recursos bibliográficos en braille y en versión sonora?
- a) El Servicio Bibliográfico de la ONCE (SBO).
 - b) La Fundación del Perro Guía.
 - c) El Museo Tifológico.

Solución: a) El Servicio Bibliográfico de la ONCE (SBO).

- 4) ¿Cuál es el número máximo de jugadores que puede tener un equipo de goalball?
- a) 300.
 - b) Tres.
 - c) 50.

Solución: b) Tres.

- 5) ¿Qué puedes comprar en la página web www.juegosonce.com?
- a) Balones para jugar a fútbol 7.
 - b) Perros-guía adiestrados.
 - c) El cupón de la ONCE.

Solución: c) El cupón de la ONCE.

RESULTADOS:

- 10 puntos – Experto en la ONCE.
- 8 puntos – Rozando la perfección.
- 6 puntos – Aprobado por los pelos.
- 4 puntos – Muy cerca de pasar el corte, pero no fue suficiente.
- 2 puntos – La casualidad te ha premiado con una respuesta correcta.
- 0 puntos – No desesperes, la próxima vez lo harás mejor.

PASATIEMPOS

Para terminar te proponemos jugar a “verdadero o falso” sobre un tema muy útil en esta época del año, el sol y la fotoprotección. Ya te lo hemos dicho en más de una ocasión: es fundamental que protejas tu piel con cremas adecuadas para que no te queme el sol durante el verano. Hemos echado mano de consejos de los pediatras que te van a venir fenomenal.

- No te puedes quemar en un día cubierto de nubes. ¿Verdadero o falso?

Solución: Falso. Aunque las nubes tapen el sol y atenúen la radiación UV (ultravioleta), la radiación difusa, que es aquella que traspasa las nubes, es suficientemente intensa como para quemarnos, salvo que las nubes sean bajas y gruesas.

- Demasiado sol es peligroso, independientemente de la edad. ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. La piel humana y el sistema inmunológico son sensibles a la radiación UV durante todo el ciclo vital.

- Deberías evitar el sol en verano entre las 12 y las 17 horas (una hora menos en Canarias). ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. Debido a la mayor elevación del sol, la radiación solar UV es muy alta en las horas centrales del día.

- Si no siento calor cuando estoy al sol, no me quemaré. ¿Verdadero o falso?

Solución: Falso. La radiación ultravioleta no se siente porque es absorbida por las capas más externas de la piel. La sensación de calor procede de la radiación infrarroja, no de la ultravioleta.

- Las cremas solares me protegen, así que puedo tomar el sol mucho más tiempo. ¿Verdadero o falso?

Solución: Falso. Las cremas solares protegen, pero su eficacia decrece después de la aplicación. No se debe estar al sol más tiempo del indicado por el “Factor de Protección Solar” (SPF).

- La gente con piel clara y pelirroja es especialmente sensible a la radiación UV. ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. La gente con esta combinación de piel y pelo es el grupo de población más sensible.

- La protección contra el sol más económica y efectiva es estar a la sombra. ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. La sombra protege de los rayos directos del sol, pero de todos modos hay que protegerse de la radiación difusa, que como te hemos dicho es la que traspasa las nubes.

- Los efectos negativos de las quemaduras por el sol son acumulativos. ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. La capacidad del cuerpo humano de proteger y reparar daños producidos por la radiación UV decrece a lo largo de la vida.

- El sol en invierno y primavera no es peligroso. ¿Verdadero o falso?

Solución: Falso. La intensidad ultravioleta depende también de la latitud, la altitud y la reflexión del suelo, que provoca que en unos suelos rebote más la radiación, como por ejemplo en la nieve.

- Se debe proteger del sol especialmente a los niños. ¿Verdadero o falso?

Solución: Verdadero. Debido a la mayor sensibilidad de su piel y a los efectos acumulativos de las quemaduras, siempre hay que evitar la sobreexposición solar.

- No te puedes quemar mientras estás en el agua. ¿Verdadero o falso?

Solución: Falso. El agua atenúa la radiación ultravioleta, pero te puedes quemar más fácilmente nadando.

Y hasta aquí llega este número de Recreo. Esperamos que te lo hayas pasado fenomenal. Ya sabes que dentro de dos meses volveremos a encontrarnos. Mándanos tus propuestas y comentarios y haremos la revista como más te guste.

... SI QUIERES ESCRIBIRNOS

Puedes mandarnos tus cartas, redacciones o preguntas a

--**Correo electrónico:** publicaciones@ilunion.com

--**Correo postal:**

Revista Recreo

Ilunion Comunicación Social

C/ Albacete, 3

Torre Ilunion – 7ª planta

28027 Madrid