



E

Editorial

Cambio de hora

El cambio al horario de invierno ocurrirá este sábado, a medianoche. Se atrasan los relojes una hora.

Chile nuevamente se prepara para modificar sus relojes con el cambio al horario de invierno que ocurrirá este sábado, a medianoche. Esta habitual práctica implica atrasar una hora los relojes, medida instaurada en 1968 con el objetivo inicial de aprovechar la luz natural y generar ahorro energético.

Sin embargo, dice Danilo Leal, director del Magister en Ciencias de la Computación de la U. Andrés Bello, el cambio de hora nuevamente ha generado un profundo debate público debido a sus comprobados efectos negativos. Expertos en salud alertan consistentemente sobre las repercusiones en la calidad del sueño, salud mental y rendimiento laboral.

Pese a la contundente evidencia científica y a las reiteradas recomendaciones de los expertos, las autori-

El cambio de hora nuevamente ha generado un profundo debate público debido a sus comprobados efectos negativos.

dades políticas han permanecido indiferentes, manteniendo esta práctica sin argumentos técnicos claros. Esta indiferencia ha sido cuestionada por diversos sectores que acusan falta de voluntad política y ausencia de criterios científicos en la toma de decisiones.

Además, el cambio de hora conlleva la necesi-

dad de ajustar manualmente relojes y dispositivos electrónicos, aunque muchos de ellos actualmente ya realizan este cambio automáticamente gracias a configuraciones digitales. Pero para aquellos dispositivos que no tienen el cambio automático y considerando a la población adulta mayor, podría traer complicaciones en las actividades cotidianas.

Mientras el Gobierno siga ignorando la evidencia científica, serán los ciudadanos quienes continuarán soportando los costos de una política cada vez más cuestionada.