

ENERGIA CONSUM

# Arriba el canvi horari, però no per última vegada

A les 2.00 de la pròxima matinada els rellotges s'han d'avançar una hora || Els països de la UE decideixen el 2021 quin horari escollir

REDACCIÓ

LLEIDA | Aquesta matinada dormirem una hora menys, ja que els rellotges s'hauran d'avançar una hora, amb la qual cosa a les 2.00 seran les 3.00. D'aquesta manera començarà l'horari d'estiu, que s'estendrà fins a l'últim cap de setmana d'octubre, quan el rellotge es retardarà una hora. La Comissió Europea va presentar una proposta l'estiu passat per suprimir els canvis d'hora durant aquest any. En principi, el 31 de març havia de ser l'últim en què s'avancesin o retardessin els rellotges a la UE, però Brussel·les ha demanat ajornar fins al 2021 l'eliminació dels canvis d'hora. Els estats membres hauran de comunicar a tot estirar el mes d'abril de l'any 2020 si es quedaran amb l'horari d'estiu o amb el d'hivern. Si opten per la primera opció, l'últim canvi tindrà lloc el març del 2021, mentre que el rellotge es canviarà per última vegada l'octubre del 2021 per als que escullin el d'hivern.

L'Hora del Planeta

Per la seua banda, Lleida s'afegirà avui a la campanya de l'Hora del Planeta promoguda per World Wildlife Fund per sensibilitzar contra el canvi climàtic i fa una crida a apagar els llums entre les 20.30 hores i les 21.30 hores.



Aquest gest s'haurà de repetir per posar els rellotges a l'hora.

## Uns canvis que provoquen migranyes i hipertensió

■ Avançar el rellotge incrementa els riscos de tenir hipertensió i migranya i fins i tot eleva les taxes de suïcidi i robatori, segons un estudi del comparador d'assegurances Acierto.com. La investigació mostra que fins i tot la productivitat entre els treballadors decreix i es disparen els accidents laborals. Sobretot en aquells llocs de feina més exigents físicament, on les

lesions augmenten un 6%. Així mateix, des d'Acierto.com, expliquen que aquests efectes es produeixen perquè el canvi horari ens altera el ritme intern i augmenta les possibilitats que dormim pitjor. De fet, molts dels enquestats durant l'estudi van assegurar que els costa dormir durant la nit en què es produeix el canvi i les següents perquè dormen menys i pitjor.

SALUT CONFERÈNCIES

## La dona centra la tretzena jornada sobre tabaquisme

Homenatge al doctor Carceller

REDACCIÓ

LLEIDA | Abordar el tabaquisme entre les parelles que esperen un nadó, l'increment del càncer de pulmó entre les dones i la necessitat d'elaborar noves estratègies de prevenció del tabac que contemplin la perspectiva de gènere són els temes que van centrar la tretzena jornada sobre tabaquisme i repercussions del consum de tabac celebrada ahir a l'aula magna de la facultat de Medicina de la UdL, organitzada per la unitat de tabaquisme de l'hospital Santa Maria de Lleida. Així mateix durant l'acte, al qual van assistir al voltant de 150 persones entre



Al centre, la infermera Peña Navarro i el doctor Carceller, homenatjats ahir durant la jornada.

professionals relacionats amb aquest tema i estudiants, també es van abordar altres temes com l'exposició passiva al tabac una vegada s'ha apagat el cigarro o la relació entre aquesta de-

pendència i les persones amb patologies psiquiàtriques.

Durant la jornada es va portar a terme també un reconeixement al cap del Servei d'Oncologia Radioteràpica de

l'hospital Arnau de Vilanova, José Antonio Carceller, i a la infermera del CAP de Balàfia Peña Navarro, que s'han jubilat recentment, per la seua lluita constant contra el tabac.

INICIATIVES SOLIDARITAT



Alumnes de l'Institut Ronda, ahir durant la flashmob.

## Flashmob reivindicativa per demanar més voluntariat

REDACCIÓ

LLEIDA | Al voltant de 40 alumnes de quart d'ESO de l'Institut Ronda de Lleida van protagonitzar una flashmob en el marc de la novena Fira d'Entitats de Voluntariat

Social a Lleida, organitzada per la Federació Catalana de Voluntariat Social (FCVS), que es va celebrar ahir al carrer Major i en la qual van participar diverses entitats solidàries lleidatanes.

## El dolor, segona causa de consultes mèdiques

CÀCERES | El dolor és "la segona causa de consulta a Atenció Primària a Espanya i més del 50% dels casos estan relacionades amb el dolor crònic", va apuntar el doctor Antonio Alonso, president del Comitè Científic de les cinquenes Jornades Nacionals de Dolor de la Societat Espanyola de Metges d'Atenció Primària celebrades ahir a Càceres.

## Un fong provoca l'extinció d'amfibis

MADRID | Una malaltia micòtica està provocant greus descensos de la població entre més de cinc-centes espècies d'amfibis, incloses noranta extincions, durant els últims cinquanta anys. El fong els devora la pell i els impedeix la correcta regulació de l'aigua. Aquesta troballa és resultat d'un estudi de la Universitat d'Austràlia amb la col·laboració d'investigadors espanyols.

MALALTIES

## El canvi climàtic i els mosquits, relacionats

MADRID | Fins a mil milions de persones podrien estar exposades als mosquits portadors de diverses malalties a finals del segle a causa de l'escalfament global, segons conclou un estudi del Georgetown University Medical Center, que examina els canvis de temperatura mensualment a tot el món.

Els científics pronostiquen que aquesta situació serà perjudicial fins i tot en àrees amb un risc mínim de tenir un clima adequat per als mosquits. "El canvi climàtic és la més gran i més completa amenaça a la seguretat sanitària mundial. Els mosquits són només una part del desafiament", va explicar el biòleg Colin J. Carlson, coautor del treball.