

# Comienza el Horario de Invierno

Hoy sábado 6 de abril, cuando en Chile sean las 24 horas (medianoche), todos deberemos retrasar nuestros relojes en una hora y de esa manera, se iniciará oficialmente el llamado Horario de Invierno.

El principal motivo histórico de los cambios de hora ha sido el ahorro de energía, puesto que al retardar el anochecer durante el verano era posible consumir menos electricidad, algo crucial en épocas de sequía pues su generación dependía de las centrales hidroeléctricas.

Aunque para los expertos este tema sea bastante comprensible y fácil de entender, para la gran mayoría de las personas comunes y corrientes, no solo se presta para confusión sino que muchos se irritan y discuten entre ellos.

Lo cierto es que esta variación del horario que ocurre dos veces al año (se atrasa una hora en otoño y se adelanta una hora en primavera), en todos produce un desajuste funcional, partiendo por el celular y el computador, aparatos protagónicos en nuestras vidas, que no siempre se cambian solos (o a veces lo hacen fuera de tiempo) y causan más de una molestia.

Son muy pocas las naciones que no tienen cambios de horario y llama

la atención que Rusia, el país más grande del mundo (tanto así que tiene 11 husos horarios diferentes), no los realiza.

Mucha gente cree que esta medida es "relativamente nueva", de unas pocas décadas, pero resulta que el origen de la idea surgió por una cuestión de productividad.

Al menos así lo consigna la revista National Geographic, que demuestra que el precursor de esta política fue Benjamin Franklin en 1784, cuando era embajador de Estados Unidos en Francia. O sea, el controvertido asunto de los cambios de hora comenzó hace la friolera de 240 años.

En Chile, la comunidad científica está enfocada en encontrar e impulsar otras políticas públicas que contribuyan al ahorro energético y no seguir realizando anualmente esta modificación, que trae más inconvenientes que beneficios a la salud.

En un reciente encuentro organizado por la Fundación Encuentros del Futuro, el cronobiólogo y académico del Instituto de Neurociencia de la Universidad de Valparaíso, John Ewer, insistió en que hay suficiente evidencia científica, como para abandonar el cambio de hora y quedarnos definitivamente con el horario de invierno.