La diferencia ha sido sensible este fin de semana entre los dos horarios, el de verano y el de invierno, en el atardecer de las calles de Zabalgana. :: RAFA GUTIÉRREZ

¿Álava a oscuras hasta las diez de la mañana?

Los expertos se oponen al horario de verano por el tardío amanecer que se viviría en invierno y reclaman un cambio de mentalidad para adaptarse a Europa

XABIER GARMENDIA

VITORIA. ¿Cuál de las dos estampas prefiere divisar en Vitoria un día cualquiera de finales de octubre a las ocho de la mañana? ¿La de la izquierda o la de la derecha? Calma. No es que haya una respuesta correcta y otra errónea, pero es el interrogante que hay que resolver en los próximos meses. Ahora que dejaremos de ajustar los relojes dos veces al año, el debate se centra en cuándo parar de hacerlo. Dicho de otra manera, hay que escoger entre el horario de verano –el que teníamos hasta ayer– o el de invierno –el de ahora–. En realidad, la controversia no tiene más misterio que colocar las horas de luz donde más convengan porque la oscuridad va a durar exactamente lo mismo. Ahora bien, ¿qué prefiere?

Antes de contestar, vayamos al meollo de la cuestión. El debate tiene algo menos de gancho en Álava al estar situada en un punto central del huso horario de la Península y Baleares, y al no abarcar un territorio demasiado extenso. De hecho, hoy ha amanecido tan solo cuatro minutos antes en Araia que en Valderejo, los extremos oriental y occidental, respectivamente. El desfase entre Mahón y Finisterre, en cambio, ha sido de una hora entera. En cualquier caso, los alavesese también sufrirán los cambios en sus carnes. Por ejemplo, adoptar el horario de verano supondría oscuridad a las nueve de la mañana durante un cuatrimestre al año y que en invierno llegara a amanecer cerca de las diez. Los expertos consultados por este periódico lo tienen claro: eso no tendría «ningún sentido».

Donde más impacto generan los horarios es en nuestra salud. Del estudio de sus efectos se encarga el campo de la cronobiología, que trata de averiguar el tempo natural de nuestro organismo. La neurofisióloga Lourdes Guerra, experta en esta materia, señala que los ritmos circadianos –una especie de reloj interno– siguen un ciclo natural de unas 24 horas y media, por lo que el cuerpo está obligado a una continua readaptación. «Ese desfase no lo vamos a poder eliminar, pero la luz juega a nuestro favor porque es el estímulo más efectivo. Nos sincroniza», destaca. Así, dice que el horario de verano provoca más trastornos, ya que el sol se pone más tarde y lleva a retrasar el sueño sin que el inicio de la actividad se posponga al día siguiente: «En efecto, nos lleva a dormir menos».

Concienciación

La experta advierte del riesgo que conllevaría realizar una parte de la actividad laboral o escolar cuando aún es de noche porque iría en contra del propio funcionamiento del cuerpo. «Somos seres diurnos. Tal vez el horario de verano esté socialmente más aceptado porque nos lleva a pensar en las vacaciones y el sol, pero no se ajusta a nuestra vida cotidiana», plantea. En todo caso, más allá de la adopción de uno u otro sistema, cree necesario un cambio de mentalidad social para avanzar hacia una organización similar a la de otros países de Europa: «Debe ir asociado a otro tipo de concienciación. No puede ser que el horario tele-

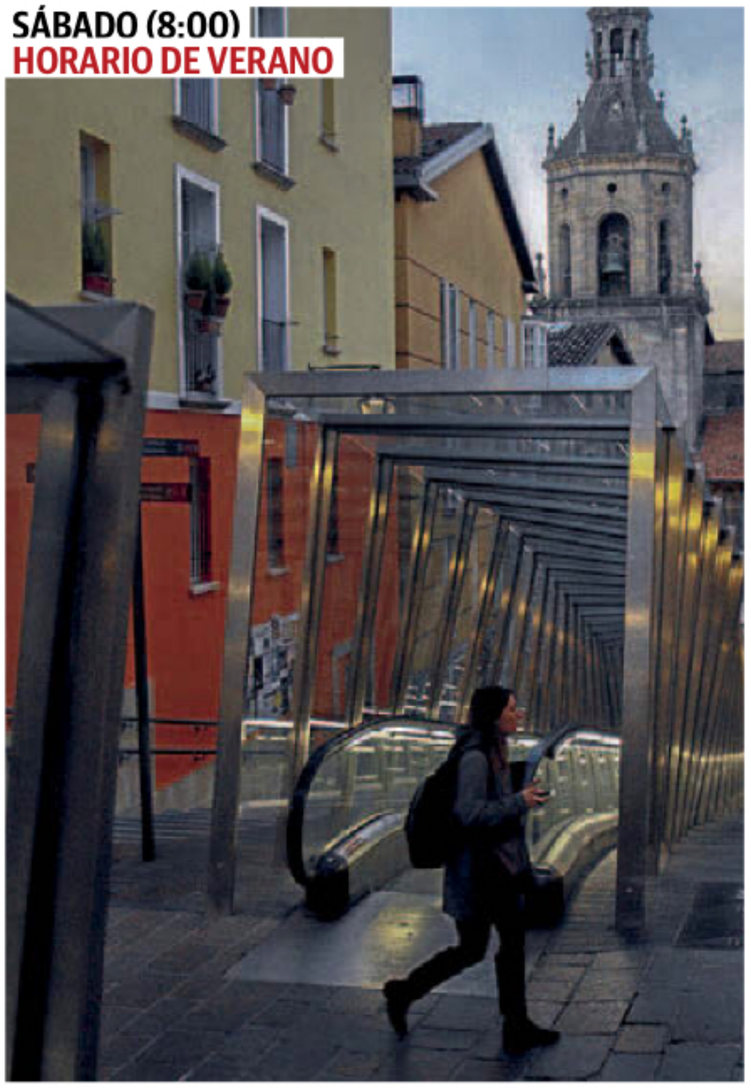
LAS FRASES

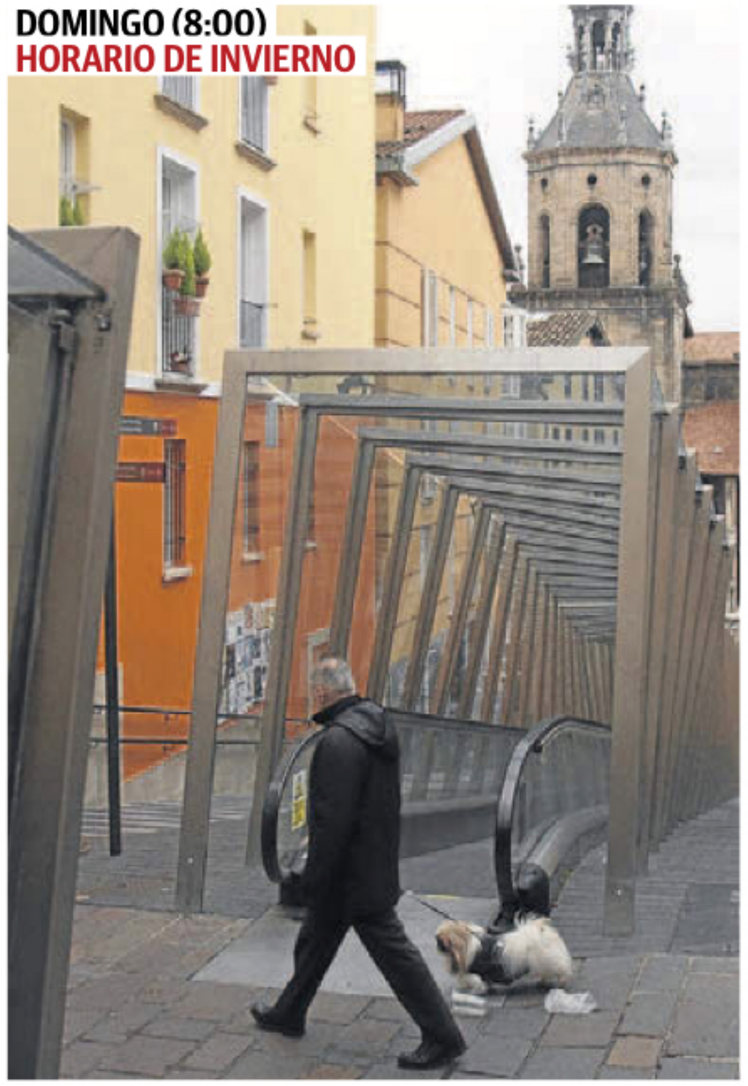
Lourdes Guerra, neurofisióloga

«Somos seres diurnos; tal vez el horario de verano esté socialmente más aceptado, pero no se ajusta a la vida cotidiana»

Iñaki García, experto en energía

«La luz natural debe ser la que marque nuestros hábitos diarios; solo de esa forma conseguiremos hablar de normalidad»





El amanecer en el cantón de La Soledad del Casco Medieval. :: RAFA GUTIÉRREZ

visivo de máxima audiencia empiece a las diez y media».

De esa misma circunstancia alerta José Luis Casero, presidente de la Asociación para la Racionalización de los Horarios Españoles (ARHOE), que viene impulsando el debate desde hace quince años. «Tenemos a 350.000 menores delante de la pantalla cada medianoche», lamenta. Para él, la cuestión trasciende de los gustos de cada uno e interpela directamente al modelo socioeconómico: «¿Queremos empezar a trabajar y a estudiar cuando aún es de noche?». De esta forma, llama a hacer un debate «en serio» y no dejarse llevar por «caprichos como querer tomarse una cervecita de día a las nueve de la noche». Respecto a su posible influencia en los negocios hosteleros, desestima las consecuencias negativas y recuerda la utilidad de otras medidas polémicas como la ley antitabaco.

La organización que preside Casero apuesta claramente por el horario de invierno y llama a mirar los pros y los contras en términos anuales. «Por adoptar el otro sistema no vamos a conseguir 'veranizar' el resto del año. Es una cuestión geográfica porque no somos Finlandia ni Ecuador. Tampoco podemos regular el clima», sostiene. Además, llama a derribar lo que denomina como «nacionalismo horario», que lleva a un tira y afloja entre los extremos del este y del oeste. «La Península está muy bien encajada en el huso horario. No vayamos a un sistema diferente por cada ciudad. ¡Qué caos!», exclama.

Según el máximo dirigente de la ARHOE, también se deben adoptar políticas de conciliación para facilitar horarios «más racionales» y adaptar el consumo eléctrico para aprovechar al máximo las horas de luz. En este aspecto, los estudios más recientes han minimizado el ahorro que se produce con el cambio, uno de los argumentos que más se esgrimen para justificarlo. «Hay un ahorro potencial muy pequeño y que depende mucho de los hábitos de cada uno», resalta Iñaki García, técnico de sostenibilidad del Ente Vasco de la Energía (EVE).

Vascos y gallegos, los que más desean el horario permanente

El debate sobre el cambio horario cuenta con un factor geográfico evidente, tal y como demuestra una encuesta realizada por Ipsos. Según el informe, los vascos son los más proclives a adoptar un sistema permanente por detrás de los gallegos. En el lado contrario se sitúan los habitantes de regiones mediterráneas como Cataluña y la Comunidad Valenciana. Además, los jóvenes son el colectivo más conservador en cuanto al actual sistema. El estudio revela que el 72% de la población española está en contra de cambiar los relojes dos veces al año, pero ese porcentaje se reduce a la mitad en las personas de 18 a 39 años.

Readaptarse

En su opinión, esa «mínima» diferencia no compensa las afecciones que tiene para la salud y, en términos de aprovechamiento de la luz, el horario de invierno conseguiría un menor consumo energético al coincidir el amanecer con el inicio de la actividad cotidiana. Eso sí, al igual que el resto de expertos, incide en la necesidad de readaptar las costumbres horarias: «La luz natural debe ser la que marque nuestros hábitos diarios. Solo de esa forma podremos hablar de normalidad».

EDUARDO VALLE PINEDO
Etnógrafo

A LAS ONCE, LAS DOCE

Era 1918 y la primera Guerra Mundial estaba a punto de terminar. Sin embargo, hacía tiempo que se notaban sus efectos en forma de paro, pérdida de poder adquisitivo y subida de precios en productos de primera necesidad. Tampoco ayudaba la falta de escrúpulos del gremio de los aprovechados, acaparadores y especuladores de diverso pelaje. Siempre los ha habido, en la guerra y en la paz.

La situación en Vitoria no era muy diferente a la de los alrededores. El alto nivel de desempleo se combatía a duras penas con algunas obras que se llevaban a cabo por entonces, tales como la traída de aguas de Elguea o la construcción del Nuevo Teatro en la calle San Prudencio. Mientras, las subsistencias disparaban su precio a pesar de la intervención de los poderes públicos y se empezaba a hablar de comedores sociales y de cantinas escolares para los niños pobres. En fin, un escenario muy negro.

Tan negro como el carbón, cuya escasez constituía un problema de primer orden tanto para la industria como para los hogares. Es por ello que el Gobierno de turno, dirigido por Antonio Maura, siguiendo la idea puesta en práctica en otros países, publicó un Real Decreto por el que se implantaba por vez primera el horario de primavera-verano con el fin de ahorrar el encarecido combustible. La disposición, dictada el tres de abril de 1918, tendría efectos prácticos el 15 del mismo mes. Ese día, curiosamente lunes, a las once de la noche, las manecillas de los relojes se adelantarían a las doce.

En Vitoria, como en todos los sitios, el cambio de hora generó opiniones para todos los gustos. Aunque según los comentarios de la prensa de la época, la gente, en general, se lo tomó a chacota y con bastante cachondeo, como el que 'agradeció' al Gobierno que suprimiera de un plumazo una hora que, de haber transcurrido con normalidad, habría sido —dado la que estaba cayendo— una hora de sufrimiento.

Llegadas las once de la noche del día 15 de abril, el público de los cafés que estaban abiertos esperaba con expectación el momento del cambio horario. Un buen número de personas se concentró en la plaza de la Virgen Blanca, junto al monumento a la Batalla de Vitoria, para ver cambiar la hora en el reloj de San Miguel. La operación se desarrolló con puntualidad británica provocando ovaciones entre los partidarios de celebrar la novedad como si fuera el año nuevo —así lo querían festejar en Madrid y en otras grandes ciudades— y muestras de desagrado de los que consideraban que aquello era poco menos que un acto contra natura. Al cabo de un rato, unos cuantos poteadores con ganas de echar la espuela se traían en plena calle una buena discusión a cuenta del cambio de hora: que si a las tres serán las cuatro, que a las cuatro serán las tres, que si tal y que si cual. Todos querían tener la razón y la controversia subía de volumen por momentos. Guillermo Sancho Corrochano describió la escena en el periódico La Libertad con su habitual gracejo y pensó, camino de su casa, que los trasnochadores no se pondrían nunca de acuerdo... salvo para lo de la espuela.

Esto del cambio de hora sigue siendo motivo de discusión. Unos defienden su efecto beneficioso para el ahorro y otros aseguran que no sirve para nada. Al recuerdo de uno de estos últimos está dedicado este artículo. A Manolo, un buen amigo que no cambiaba la hora de su reloj cuando todos los demás lo hacíamos. Un buen tipo al que conocí hace muchos años y que a las preguntas acerca de su 'costumbre' siempre respondía: ¡Pa' qué!