

¡UN DÍA LLUVIOSO!

Autores: Kelly Loaiza, Soledad Sarmiento, Andrea González, Yandry Jaramillo.

Hoy en la radio, el locutor indicó que en la ciudad de Azogues y sus alrededores, la temperatura del día oscilará entre los 9° y 10° centígrados, con una probabilidad de precipitación del 100%, la humedad se presentaría en un 97% y un viento de 8 km. por hora. Acostada en mi cama, antes de que sea hora de levantarme y comenzar con mis actividades de hoy, reflexiono acerca del clima y su influencia en las actividades, estado de ánimo y salud de los miembros de la comunidad educativa de la Universidad Nacional de Educación (UNAE). Entonces, me imagino que con aquella noticia radial los estudiantes asistirán a la institución con una actitud no tan positiva, pues el clima frío provoca quedarse en casa abrigados junto a una deliciosa taza de chocolate caliente.

El día de hoy, el clima tendrá un gran impacto en la actitud de las personas más sensibles como yo. Somos propensas a sentirnos desanimadas. Porque la ausencia de luz hace que una hormona llamada serotonina no actúe adecuadamente en el organismo. Recordamos momentos de nuestra vida que no nos agrada tales como: experiencias negativas como estudiante, y en la vida personal, una mala relación con los demás y hasta los amores frustrados. Resultando una tristeza permanente durante todo el día. La explicación anterior me hace notar que las clases de biología dan frutos.

Son las 6:20 a.m. y mi despertador no ha sonado. Eso me recuerda que debo despertarme temprano porque es semana de exámenes de interciclo. Lo que hace que me den más ganas de acurrucarme, ¡solo imaginar que tengo que rendir exámenes con este clima! También el cansancio y la falta de apetito que éste produce no me ayudarán a rendir a cabalidad las evaluaciones.

Retomando lo anterior, el clima no tan agradable permite incluso presenciar variantes en los estados de salud de los que habitan en la zona. Mientras analizaba, sentía mis manos y pies congelándose,

entonces con nostalgia recordaba aquellos días de verano, donde mi vestimenta era ligera y me sentía muy animosa de salir a pasear por mi barrio. Lo comparo con el clima de hoy, un día lluvioso nada caluroso; me encadena a estar en lugares cerrados por miedo de ganar un resfriado, una congestión nasal o algún tipo de alergia aunque esté vestida con un atuendo apropiado. Producto del clima muy frío, en días anteriores observaba a muchos compañeros asistiendo frecuentemente a la enfermería con varios malestares, esto me hace tener una idea gris de mi vida y la de los demás durante esta estación gélida. Esto me lleva a creer que todos los habitantes de la Tierra somos vulnerables a los cambios climáticos.

Me imaginaba llegar a la universidad muy temprano y observar a las personas de limpieza de la UNAE, que como es su rutina estarán realizando el aseo de las instalaciones. Su trabajo consiste en remover el polvo y recoger algunos desechos del día anterior. Puedo suponer que las personas encargadas de esta actividad pensarán que hoy tendrán más que limpiar. Debido a que en el transcurso del día, las aulas y los demás departamentos se ensuciarán con fango, el cual surgirá por la entrada y salida de los estudiantes y docentes. Por ende será una jornada muy ajetreada, porque deberán realizar las tareas con mayor frecuencia para que la Universidad se mantenga limpia.

Mientras me duchaba concluía con mi reflexión -el clima frío afecta desde los sentimientos hasta la zona de confort de las personas-. Puedo sentir que la neblina y la lluvia poco a poco opacan mi estado de ánimo poniéndome más sensible. Saliendo de la bañera necesito un vestuario muy abrigado, una bebida caliente y muchas medidas preventivas para cuidar mi salud. Es hora de ir a la Universidad. Espero que mi proyección del día en cuanto al clima vaya mejorando con el pasar de las horas. Antes de salir de mi departamento me pregunté: ¿Examen de qué tenía hoy?