

**“Plan de actuación ante las altas
temperaturas”**

Escuela Infantil “Los Almendros”

(28057532)

Villalbilla

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN Pág. 1
CONCEPTO DE OLA DE CALOR Pág. 2
ANÁLISIS DEL CENTRO Y ACTUACIONES PREVIAS Pág. 3
PLAN DE ACCIÓN ANTE UNA OLA DE CALOR Pág. 3
1. Medidas de carácter organizativo.	
2. Medidas para la refrigeración natural.	
FUNCIONES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Pág. 6
1. Docentes y personal del centro	
2. Familias	
EFFECTOS ANTE LAS ALTAS TEMPERATURAS (Dirigido a toda la comunidad educativa) Pág. 7
ACTUACIONES FRENTE A UN GOLPE DE CALOR Pág. 7
MODELOS DE COMUNICACIÓN Pág. 8

Introducción

Este documento tiene como finalidad ofrecer información y recomendaciones para disminuir los efectos en la salud del alumnado y trabajadores del centro, ante las altas temperaturas.

También pretendemos que sea un documento accesible y de fácil lectura para las familias del centro.

Además, realiza un análisis de las características de la Escuela Infantil y Casa de Niños “Los Almendros”, de Villalbilla, respecto a los recursos disponibles para hacer frente a la previsión de altas temperaturas.

El nuevo escenario climático considerado por la Agencia Estatal de Meteorología como cambio climático, presenta inviernos más cortos y veranos más largos. Las anomalías cálidas son más frecuentes e intensas, afectando especialmente a las Escuelas Infantiles y Casas de Niños ya que el alumnado es más sensible al calor debido a que tiene menos reservas de agua, su temperatura aumenta más rápido que en un adulto y su aparato respiratorio está menos desarrollado. Además, estos alumnos asisten a clase durante el mes de julio.

Concepto de ola de calor.

Una ola de calor es un espacio de tiempo de tres o más días con temperaturas más altas de lo habitual durante el periodo estival. Éste es un fenómeno que cada vez se produce más a menudo, con duración más prolongada y una mayor intensidad en las temperaturas alcanzadas. Hay tres componentes asociados a las olas de calor que influyen en la gravedad de estos posibles efectos:

- La intensidad de la temperatura.
- La acumulación de días seguidos con altas temperatura.
- El momento dentro del período estival en el cual se produce la ola. El riesgo es superior en la primera parte del período estival. Esta circunstancia está relacionada con la mayor adaptación que se produce en la segunda parte del verano.

Los **niveles de riesgo**, definidos en función de los valores de la temperatura y de la acumulación de días consecutivos con valores altos, van a indicarnos la necesidad de diferentes tipos de intervención:

Nivel 0 de riesgo (verde) NORMALIDAD	La temperatura máxima prevista para el día en curso y los cuatro siguientes es igual o inferior a 36,6° C.
Nivel I de riesgo (amarillo) PRECAUCIÓN	La temperatura máxima prevista para el día actual o en los próximos cuatro días es igual o superior a 36,6° C e inferior a 38,6° C, con una duración que no supere los 3 días consecutivos.
Nivel II de riesgo (rojo) ALTO RIESGO	La temperatura máxima prevista para hoy o los próximos cuatro días es igual o superior a 38,6° C al menos en un día, o cuando se producen al menos 4 días consecutivos temperaturas superiores o iguales a 36,6° C.

Análisis del centro y actuaciones previas.

La Escuela Infantil “Los Almendros” está ubicada en la Urbanización Peñas Albas, la cual pertenece al municipio de Villalbilla.

El centro escolariza alumnos con edades comprendidas entre los cuatro meses y los tres años.

A continuación, presentamos las acciones que se han realizado antes del período estival para responder a las necesidades ante una ola de calor.

- Difundir entre la comunidad educativa nuestro Plan de actuación.
- Realizar un análisis del centro que atañe a la organización espacial y temporal para adelantarnos a posibles situaciones de olas de calor entre las que destacamos:
 - ✓ **Identificar zonas de agua accesibles** para hidratación a demanda.
 - ✓ **Estudiar la posibilidad de habilitar o deshabilitar zonas**, aulas, patios, espacios de uso.
 - ✓ **Identificar actividades intensas o de gran esfuerzo** (horario de comedor, patio y actividades físicas).
- Informar, a través de cartelería, de las recomendaciones a tener en cuenta en caso de elevadas temperaturas.
- Distribuir funciones entre los miembros de la comunidad educativa con orientaciones claras.
- Consultar el boletín de alertas por riesgo de calor que ofrece la Comunidad de Madrid.

Plan de acción ante una ola de calor.

1. Medidas de carácter organizativo.

Hay que tener en cuenta que los niños de Escuelas Infantiles representan una población especialmente sensible a las altas temperaturas y además, la mayoría, acude al centro durante el mes de julio, siendo el período del año donde se alcanzan mayores temperaturas.

Se recoge a continuación una relación de medidas que permiten reducir los efectos del calor en las personas, para que sean tenidas en cuenta toda la comunidad educativa. Aunque estas recomendaciones son concretas de estados de ola de calor, es conveniente seguir las pautas para conservar la temperatura idónea en las aulas y promocionar hábitos de vida saludable de manera rutinaria y diaria.

- Adaptamos el horario de actividades saliendo al patio a primera hora y destinando la segunda parte de la mañana para disfrutar de la actividad del día.
- Los peques salen al patio con gorra y protección solar puesta.
- Utilizamos sombrillas que se sitúan en lugares estratégicos de ambos patios. Al agruparlas juntas en la misma zona, se consigue mayor espacio de sombra.
- Evitamos realizar actividades que impliquen ejercicio intenso en las horas de más calor. Hay que tener en cuenta que nuestro alumnado interactúa con el entorno a través del movimiento, por lo que se hace difícil conseguir una jornada escolar en la que sólo se trabajen actividades tranquilas.
- Ofrecemos agua a los peques varias veces durante la jornada. Los alumnos más autónomos tienen a su alcance su vaso junto a un grifo. En las aulas de bebés, las docentes ofrecemos agua varias veces durante la jornada.
- Bajamos persianas cuando el sol comienza a entrar en las aulas.
- Apagamos luces que no son necesarias para evitar que den más calor.
- Ventilamos el espacio en los momentos más frescos.
- Potenciamos la ventilación natural, cerrando las ventanas y bajando las persianas pero dejando un espacio libre para evitar la acumulación de aire caliente. Señalar que se hace difícil dejar la puerta de la clase abierta debido a la baja edad del alumnado. Tampoco disponemos de clases enfrentadas con distintas orientaciones que permitan la ventilación cruzada, ni es posible ventilar por la noche, por motivos de seguridad.
- Hemos aumentado el consumo de frutas y verduras en el menú diario, así como de alimentos con alto contenido de agua. La leche, las infusiones, las sopas (templadas o frías) o las gelatinas, son alternativas con alto contenido en agua.
- En el momento de comida y siesta del alumnado abrimos la puerta que da al pasillo, buscando ventilación. Podemos hacerlo durante estas rutinas porque los peques permanecen en su silla o colchoneta. Durante las actividades de la mañana mantenemos las puertas cerradas.
- Los peques duermen con algo menos de ropa para estar más frescos.
- Cuando llega el mes de julio, dependiendo del número de alumnos que asistan al centro, cambiamos los grupos de aula, buscando aquellas clases que son algo menos calurosas.
- Recomendamos la utilización de ropa fresca que permita realizar movimientos sin excesiva sudoración. El calzado también debe ser fresco y cómodo. Los peques de las aulas de bebés y de un año permanecen en la escuela descalzos o con calzado muy cómodo durante todo el curso.

Además:

- Realización de estudio de las necesidades para reforzar el mantenimiento de los elementos de protección frente al calor y las radiaciones (toldos, persianas, ventanas, pantallas vinílicas, etc.).
- Recomendación de modificaciones del menú orientando a las familias al aumento del consumo de frutas y de verduras, así como de alimentos con alto contenido de agua. La leche, las infusiones, las sopas (templadas o frías) o las gelatinas, son alternativas con alto contenido en agua.

- Identificar los puntos del centro en los que puede acumularse más calor. Las zonas de uso no permitido en olas de calor son: las zonas de los patios donde da el sol de manera directa. Los alumnos serán dirigidos a las zonas de sombra.
- Identificar los puntos del centro en los que la temperatura sea menor. En nuestro caso, la zona más fresca corresponde a la parte interior del centro que está junto a las aulas de bebés, al aula de un año de Casa de Niños y a la sala de usos múltiples.

2. Medidas para la refrigeración natural (para todo el personal del centro).

2.1. Ventilación natural

- Ventilación simple:
Las ventanas ubicadas en una única fachada con radiación solar directa, se deberán cerrar y bajar las persianas dejando un espacio libre de aproximadamente 5 cm para evitar la acumulación de aire caliente entre el cristal y la persiana. Se deberán bajar los toldos. Las puertas de las aulas permanecerán abiertas en los momentos de comida y siesta del alumnado. Al igual que las puertas de salas enfrentadas que estén localizadas en una fachada sin radiación solar directa.
- Ventilación cruzada:
Durante la jornada, se deberá prever que las puertas y ventanas de las aulas y espacios enfrentadas, con distintas orientaciones y sin obstáculos entre ambas permanezcan abiertas para favorecer este tipo de ventilación, siempre y cuando unas de ellas estén orientada al norte, a espacios frescos y sombreados como patios o espacios con vegetación, u orientaciones sin radiación directa.

En los casos mencionados anteriormente, se recomienda abrir las ventanas de las fachadas orientadas al sur hasta las 10 a.m., aquellas orientadas hacia el oeste hasta las 14 p.m. y durante todo el día aquellas situadas al norte, para generar una corriente de aire con el fin de contrarrestar las altas temperaturas de las fachadas.

No obstante, no se debe ventilar cuando la temperatura exterior sea superior a la interior.

2.2. Reducir el uso de equipos emisores de calor

- En la medida de lo posible, se deberá evitar el uso de equipos que produzcan calor y apagar aquellos que se encuentren en modo “stand by”.
- Se intentará reducir la iluminación de espacios comunes y se mantendrán apagadas las luminarias de los espacios que no se estén utilizando.

Funciones de la comunidad educativa.

1. Docentes y personal del centro

- Seguir las instrucciones y las medidas organizativas facilitadas en este protocolo.
- Reducir temperatura en interiores mejorando la ventilación: en las horas más frescas del día, favorecer la ventilación natural cruzada de los espacios cuando sea posible, favoreciendo la entrada de aire de las zonas que se encuentren en sombra.
- Bajar los toldos a primera hora de la mañana, abrir ventanas y puertas en la medida de lo posible. Los toldos permanecerán bajados durante toda la jornada.
- La puerta del aula permanecerá abierta siempre que se pueda.
- Reducir el uso de equipos e instalaciones que generen calor, no dejarse aparatos electrónicos encendidos cuando no se usan. Tener las luces apagadas si es posible.
- Promocionar en el alumnado hábitos de vida saludable.
- Facilitar el acceso permanente a agua potable y fresca para hidratarse a menudo.
- Informar de la necesidad de beber, aunque no se tenga sed estableciendo rutinas de hidratación en el horario lectivo.
- Abrir las puertas principales a primera hora de la mañana, dejando estas abiertas para refrescar y ventilar el interior.
- Suscribirse al sistema de alertas por ola de calor de la CAM e informar al equipo directivo. Se puede consultar el estado de alerta por olas de calor en esta dirección: (<https://www.comunidad.madrid/servicios/salud/boletin-informacion-olas-calor>.)

2. Familias

- El alumnado acudirá al centro con una gorra identificada con su nombre, y con crema solar puesta desde casa.
- Recomendar el uso de ropa amplia y ligera, con colores claros, que faciliten la transpiración y por tanto la disipación del calor corporal.

Efectos ante las altas temperaturas (dirigido a toda la comunidad educativa).

La exposición a elevadas temperaturas puede provocar diversos efectos en el organismo. De menor a mayor gravedad estos son algunos de ellos:

- Estrés por calor: molestias y tensión psicológica asociada a las altas temperaturas.
- Síncope por calor: sensación de mareo y desvanecimiento en personas expuestas al sol y al calor, sobre todo si están de pie durante largo rato.
- Agotamiento por calor: la deshidratación, debida a la pérdida de agua y sales por el sudor, origina síntomas que incluyen: sed intensa, mareo, debilidad y dolor de cabeza.
- Golpe de calor: Algunos signos y/o síntomas que nos pueden ayudar a reconocerlo son:
 - Aumento de la temperatura corporal, pudiendo sobrepasar los 40° C.
 - Piel caliente, enrojecida y seca (sin sudor).
 - Dolor de cabeza, náuseas, somnolencia y sed intensa.
 - Confusión, convulsiones y pérdida de conciencia.
 - Fatiga, hiperventilación, vómitos o diarrea.

Estos efectos se pueden producir en toda la población, aunque con especial gravedad en ciertos sectores vulnerables como son los niños, las personas con enfermedades crónicas (cardiovasculares, renales, diabetes, alteraciones tiroideas, obesidad, enfermedades mentales, etc.), embarazadas y ancianos.

También la actividad física agrava los efectos adversos por el calor.

Actuaciones frente a un golpe de calor.

Algunos de los efectos del calor en el organismo son: sudoración, sensación de mareo y debilidad, calambres, dolor de cabeza o náuseas. Ante la aparición de alguno de estos síntomas, la persona debe apartarse de la actividad física, beber líquidos y refrescar el cuerpo.

El riesgo más grave de exposición al calor es el golpe de calor. Ante una sospecha se avisará a los servicios de urgencias (112) o a la asistencia sanitaria más cercana.

Mientras tanto:

- Llevaremos a la persona a un lugar fresco y le colocaremos en posición semisentada para favorecer la respiración.
- Procuraremos que beba agua a pequeños sorbos.
- Para reducir la temperatura corporal, retiraremos algo de ropa a la persona, le daremos aire con un abanico y utilizaremos paños humedecidos con agua fría en la frente, la nuca y el cuello.
- Una vez que haya mejorado su estado, deberá acudir a un servicio médico

- de urgencias para someterla a una revisión exhaustiva.
- Si no se recupera o pierde el conocimiento, le tumbaremos con las piernas flexionadas.

Modelos de comunicación.

Este Plan se dará a conocer a todos los miembros de la comunidad educativa. Este documento estará publicado en la web de la escuela, de esta manera estará accesible en cualquier momento del día. Además, se dará a conocer a través de los siguientes canales:

Familias: se envían correos informativos en los que se explica la manera de proceder en el centro y además, se proponen diversas recomendaciones ante las altas temperaturas.

Alumnado: al ser alumnado de edad temprana (son niños y niñas menores de tres años), la responsabilidad de su bienestar recae sobre el Equipo docente y las familias. Estas últimas deberán ser cuidadosos con la ropa y calzado que utilizan sus hijos.

Equipo docente: este documento se dará a conocer a los docentes del centro a través de las reuniones que se organizan en la escuela. Las educadoras deben conocer las pautas de actuación hacia el alumnado, además de las propias como trabajadores del centro. Con este documento dispondrán de información suficiente para disminuir los efectos en la salud ante las altas temperaturas.

Personal de comedor, limpieza y mantenimiento: se hará llegar este Plan de actuación a través de la coordinadora correspondiente.