

PLAN DE ACCIÓN ANTE “OLAS DE CALOR”

CEIP BARCELONA

PLAN DE ACCIÓN ANTE “OLAS DE CALOR” DEL CEIP BARCELONA

Tal y como se nos indica en el PLAN DE ALERTA Y PREVENCIÓN FRENTE A “OLAS DE CALOR” para Centros Docentes no Universitarios de la Comunidad de Madrid enviado desde la Dirección General de Recursos Humanos, la División de Prevención de Centros Docentes y la Dirección General de Infraestructuras y Servicios, todos ellos pertenecientes a la Vicepresidencia, Consejería de Educación y Universidades, desde el CEIP Barcelona elaboramos este plan de acción ante olas de calor, que incluye:

1. ¿Qué se entiende por “ola de calor”?
2. ¿Qué hacer antes de una “ola de calor”?
3. ¿Qué hacer durante una “ola de calor”?
4. Actuaciones frente a un golpe de calor.
5. Comunicación de la activación del Plan de Acción del Centro a los diferentes agentes de la comunidad educativa.

1. ¿QUÉ SE ENTIENDE POR 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 temperaturas.
- 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 36,6º 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 36,6º C e inferior a 38,6º 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 38,6º C al menos en un día, o cuando se producen al menos 4 días consecutivos temperaturas superiores o iguales a 36,6º C.

La Comunidad de Madrid, dentro de la Campaña de Información de Olas de Calor, activa desde el 1 de junio al 15 de septiembre de cada año, un boletín diario con las temperaturas registradas y previstas, y se genera una alerta con el tiempo suficiente para permitir la puesta en marcha de diferentes niveles de actuación, especialmente en el caso de población vulnerable, ya sea mediante la información o mediante la intervención directa.

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. ¿QUÉ HACER ANTES DE UNA OLA DE CALOR?

Se presentan algunas acciones que pueden realizarse cuando se acerque el periodo estival o en cualquier otro período anterior o posterior en el que puedan producirse “olas de calor”:

- Identificar zonas de agua accesibles en los baños de cada planta, los baños de los patios, el gimnasio y la fuente del patio sur.
- Ante la realización de actividades intensas, intentar que se realicen en espacios a la sombra o cambiarlas por actividades más apropiadas a la intensidad de la temperatura.
- Reforzar el mantenimiento de los elementos de protección frente al calor y las radiaciones, observando el correcto funcionamiento de persianas y ventanas en todos los espacios del centro.
- Aumentar en el menú el consumo de frutas y de verduras, así como de alimentos con alto contenido de agua. Es importante que en los desayunos que envían las familias al centro para sus hijos, se implementen las frutas y agua.
- Informar, a través de cartelería, de las recomendaciones a tener en cuenta en caso de elevadas temperaturas.
- Identificar donde se ubica en el centro la población más vulnerable: por edad, enfermedades, tratamiento médico, etc.
- Identificar los puntos del centro en los que pueda acumularse más calor (sol directo en los momentos centrales del día sin elementos de protección, últimas plantas, etc.).
- Identificar los puntos del centro en los que la temperatura sea menor (aulas a las que no da mucho el sol, zonas de sombras, etc.).
- Utilizar zonas de sombra, como el techado del patio de E. Infantil o algunos espacios a usar entre edificios.
- Disponer áreas de descanso que permitan además hidratarse.

3. ¿QUÉ HACER DURANTE UNA “OLA DE CALOR”?

Cuando se presente una situación de alerta por riesgo de calor, el centro activará este Plan de Acción, informando a todo el personal del centro, de su puesta en marcha. Además de docentes, personal no docente, alumnado y familias, serán informadas de la activación del plan, todas aquellas personas que trabajan en él y pertenecen a la empresa de comedor, de limpieza, actividades extraescolares, actividades de conciliación,...

3.1 MEDIDAS DE CARÁCTER ORGANIZATIVO

- Intentaremos, en la medida de lo posible, desarrollar la actividad **en la planta baja con orientación norte y noroeste** del centro. Para ello, si fuera necesario, se elaborará un horario para poder utilizar el espacio de la biblioteca y el laboratorio.
- Debemos evitar los espacios en que se concentra el calor:
 - Aulas o espacios con dificultades de ventilación como los que tienen una única orientación al lado sur y no tienen ventilación cruzada.
 - Los patios (sobre todo el de orientación sur) en aquellas zonas donde no haya sombra o si están irradiando un exceso de calor.
 - El gimnasio, ya que es un lugar donde se concentra mucho calor, a partir de la primera parte de la mañana (hora del recreo).
- Evitar la radiación solar directa.
- Evitar las actividades de deporte y otras que supongan esfuerzo físico durante las horas más calurosas del día. Favorecer actividades sedentarias.
- Evitar las actividades en los patios, especialmente si suponen exposición al sol y en los momentos centrales del día. En el horario del comedor, los alumnos se repartirán en aquellos espacios que estén a la sombra o tengan menores temperaturas.
- Recomendar, en los patios, proteger la cabeza con gorras o sombreros y usar cremas de alta protección contra el sol.
- Adaptar ritmos de trabajo a las condiciones climáticas y tolerancia de cualquier miembro de la comunidad educativa al calor, estableciendo pausas o descansos en zonas sombreadas y/o más frescas.
- Recomendar el uso de ropa amplia y ligera, con colores claros, que faciliten la transpiración y por tanto la disipación del calor corporal.
- Reducir temperatura en interiores mejorando la ventilación: en las horas más frescas del día, favorecer la ventilación natural cruzada de los espacios, favoreciendo la entrada de aire de las zonas que se encuentren en sombra.

- En los momentos de radiación directa sobre las ventanas, debemos utilizar elementos de protección, que en el caso del centro, serían las persianas.
- Reducir el uso de equipos e instalaciones que generen calor.
- Distribuir el volumen de trabajo e incorporar ciclos de trabajo-descanso. Es preferible realizar ciclos breves y frecuentes de trabajo y descanso, que períodos largos.
- Facilitar el acceso permanente a agua potable y fresca para hidratarse a menudo.
- Informar de la necesidad de beber, aunque no se tenga sed. Promover entre los alumnos que aumenten en la hora del desayuno de media mañana, la toma de frutas.
- Activar medidas concretas para las personas aparentemente más sensibles o vulnerables como trasladarlas, si es posible, a las zonas que registran menores temperaturas. En el caso de estas personas, el DUE priorizará su seguimiento.
- El DUE se pondrá en contacto con las familias de aquellos alumnos que deben tomar alguna medicación de forma continua, para que consulten con su médico de referencia, si esa medicación pautada puede tener complicaciones por el calor.
- Cuando una persona tenga síntomas de efectos adversos de calor, debe reposar en una habitación fresca y tranquila y si está consciente que beba agua fresca. Le atenderá el DUE del centro, quien estimará la necesidad o no de llamar al 112.

3.2 MEDIDAS PARA LA REFRIGERACIÓN NATURAL EN LOS EDIFICIOS

3.2.1 LA VENTILACIÓN NATURAL

- Ventilación simple
Las **ventanas ubicadas en una única fachada con radiación solar directa** (lado sur), se deberán cerrar y bajar las persianas dejando un espacio libre de aproximadamente 5 cm hasta el alfeizar para evitar la acumulación de aire caliente entre el cristal y la persiana. **Las puertas** del lugar permanecerán **abiertas**.
- Ventilación cruzada
Durante la jornada escolar, se deberá prever que las **puertas y ventanas de aulas o ventanas de pasillos enfrentadas, con distintas orientaciones y sin obstáculos entre ambas permanezcan abiertas** para favorecer este tipo de ventilación, siempre y cuando una de ellas esté orientada al norte o a una zona sin radiación directa.

En los casos mencionados anteriormente, se recomienda abrir las ventanas de las aulas orientadas al sur hasta las 10 de la mañana 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 aulas. No obstante, no se debe ventilar cuando la temperatura exterior sea superior a la interior.

- Ventilación nocturna

Se ventilará especialmente por la noche para que el calor acumulado irradie a la atmósfera. Si por motivos de seguridad no se permite mantener todas las ventanas del edificio abiertas y las persianas subidas, se podrán bajar dichas persianas dejando al menos 5 cm hasta el alféizar de la ventana, manteniendo todas las ventanas abiertas.

3.2.2 REFRIGERACIÓN POR EFECTO VAPORATIVO

- Riego de superficies expuestas a la radiación solar directa

Se podrán **humedecer las superficies expuestas a la radiación solar directa**, como los patios, para evitar el incremento de la temperatura de estos producido por el calor acumulado.

Asimismo, se podrán **humedecer los pavimentos con acabado cerámico o terrazo** en espacios interiores. En nuestro caso: el patio de conserjería, el porche de E. Infantil, el porche de acceso al comedor,...

3.2.3 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” como equipos informáticos, proyectores o pizarras interactivas.
- En caso de no contar con luminarias tipo LED, se intentará, en la medida de lo posible, **reducir la iluminación** de espacios comunes y se mantendrán apagadas las luminarias de los espacios que no se estén utilizando.
- Como medida de **precaución de sobrecargas de tensión eléctrica** producidos por la alta demanda eléctrica durante las altas temperaturas se evitará dejar conectado cualquier maquinaria o aparato que pueda sobrecalentarse y provocar una sobrecarga en la red.



4. 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 cesar la actividad, beber líquidos y refrescar el cuerpo.

El riesgo más grave de exposición al calor es el golpe de calor, ante su sospecha, deberá:

- AVISAR AL DUE DEL CENTRO QUIEN ESTIMARÁ LA NECESIDAD DE LLAMAR A LOS SERVICIOS DE URGENCIAS (112). EN EL CASO DE LOS ALUMNOS SE AVISARÁ A LA FAMILIA.

Mientras tanto:

- Hay que llevar a la persona a un lugar fresco y en posición semisentada para favorecer la respiración.
- Procurar que beba agua a pequeños sorbos.
- Para reducir la temperatura corporal, se le debe retirar algo de ropa, darle aire (abanico o ventilador) y utilizar paños humedecidos con agua fría en la frente, la nuca y el cuello.
- Una vez que haya mejorado su estado, el DUE examinará su estado y estimará si debe acudir a un servicio médico de urgencias para someterla a una revisión exhaustiva. En el caso de los alumnos, el DUE se pondrá en contacto con la familia para que vengan a recoger al menor.
- Si no se recupera o pierde el conocimiento, hay que tumbarla con las piernas flexionadas.
- Dado que el centro actualmente cuenta con DUE, él se encargará de llevar a cabo todas las medidas mencionadas.
- En el caso de ausencia del DUE se aplicará el protocolo de emergencias:
 - . Llamada al 112 (debe hacerla el responsable del grupo de alumnos en ese momento) y comunicación al equipo directivo.
 - . Llamada a la familia del alumno.

5. COMUNICACIÓN DEL PLAN DE ACTIVACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN DEL CENTRO

Todos los miembros de la comunidad educativa serán conocedores del plan de acción del centro a través de los cauces oficiales: Raíces/Roble, correo electrónico de educamadrid y página web del centro.

Además, se enviará un correo electrónico a todas las empresas cuyos trabajadores estén en el centro realizando diferentes trabajos.

En el caso de los trabajadores que asisten al centro a diario, tendrán una copia en papel, en un lugar visible, para poder consultar en el momento que consideren necesario.