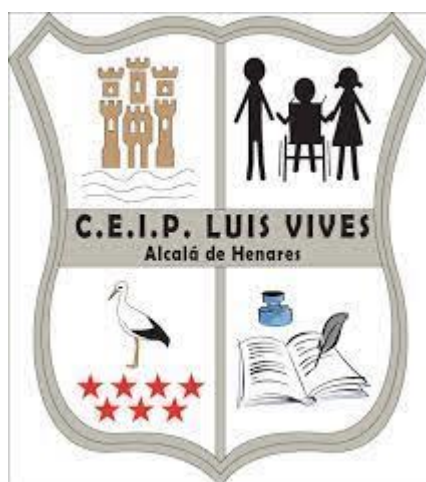




PLAN DE ALERTA Y PREVENCIÓN FRENTE A “OLAS DE CALOR”



CEIP Luis Vives
(Alcalá de Henares)



ÍNDICE

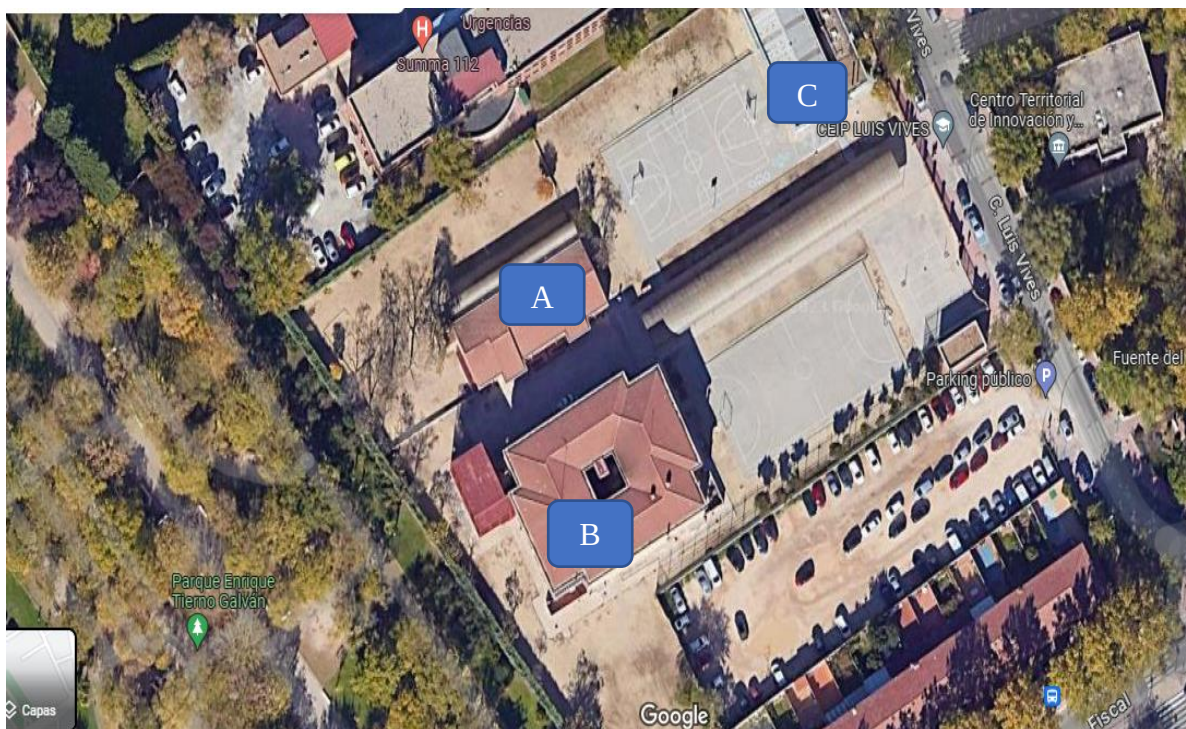
	Pág
1.- Análisis del Centro.....	3
2.- Propuesta de acción.....	4
3.- Actuaciones frente a un golpe de calor.....	6
4.- Modelos de comunicación del Plan de Acción del Centro.....	6



1.- ANÁLISIS DEL CENTRO.

La información que se desarrolla a continuación pretende ser lo más concreta y explícita posible para atender al objetivo del presente plan de contingencia en respuesta a la previsión de altas temperaturas que se prevén para el periodo estival.

El CEIP Luis Vives, de línea dos, consta de tres edificios: el primero, en el que se encuentran los cursos de 3 y 4 años de Educación Infantil (A); el edificio principal, en el que se ubica el resto de los niveles (B) y el gimnasio (C). También dispone de un amplio patio en el que no siempre se encuentra sombra, a excepción de las marquesinas o bajo los porches de las dos puertas de las que disponen cada uno de los edificios.



Atendiendo a las aulas, que es donde se pasa la mayor parte de la jornada, hay tres de ellas con orientación sur de la segunda planta que son especialmente calurosas. En esos espacios se encuentra 5ºB, 6ºA y 6ºB. También pueden ser calurosas, aunque en menor medida, las clases de la segunda planta con orientación este, aunque según transcurre la mañana tienen más sombra. Las aulas con orientación norte no suelen tener una temperatura muy elevada. En términos generales, en la primera planta, aunque también se encuentra condicionada por la orientación, no se alcanza la misma temperatura que en la segunda. La planta baja es la más fresca en periodo estival, en la que se ubican los despachos y secretaría,



sala de la DUE, sala de las TE III, la sala arcoíris (sala de profesores), la sala armonía (aula de música) y el comedor del centro. Cabe señalar que, a excepción de dos aulas de la segunda planta (aunque una tiene orientación norte), todas las clases tienen doble puerta que permite ventilación cruzada. Además, las ventanas en cada una de las plantas del patio de luces facilitan la corriente en las estancias con orientación tanto norte como sur. Las aulas con orientación sur y este disponen de toldos.

En el edificio de educación infantil, al constar de una única planta, también se puede alcanzar más temperatura en las aulas, pero las clases constan de puertas amplias que dan a un porche con sombra donde también se genera ventilación y corriente.

Por último, en lo que respecta al gimnasio, este dispone de doble puerta con orientación norte y sur que, en la misma medida, favorece la ventilación cruzada y la refrigeración, siempre condicionada por la temperatura exterior.

2.- PROPUESTA DE ACCIÓN.

Atendiendo a las recomendaciones establecidas en el Plan de Alerta y Prevención de la Comunidad de Madrid, se seguirán los siguientes indicadores:

NORMALIDAD	Máxima de 36,6°C Día en curso y cuatro días siguientes.
PRECAUCIÓN	Entre 36,6°C y 38,6°C Día en curso y cuatro días siguientes.
ALTO RIESGO	Superior a 38,6°C Día en curso y cuatro días siguientes.

Teniendo en cuenta las características generales, a continuación, se exponen las medidas que se adoptarán en nuestro centro:

- ☒ Compra de termómetros para cada una de las aulas en las que se encuentra un gran grupo.
- ☒ Identificar a la población más vulnerable en función de la edad, discapacidad, enfermedades, tratamiento médico, etc.



☒ La DUE realizará seguimiento de la temperatura de las aulas y del alumnado más vulnerable por distintas casuísticas.

☒ Apertura y ventilación de ventanas del patio de luces antes del comienzo de la jornada escolar por parte del auxiliar de control y mantenimiento.

☒ Apertura de ventanas para generar ventilación en las clases antes del comienzo de la jornada escolar por parte del profesorado cuando llega a sus aulas en la medida de lo posible.

☒ Crear infografías y folletos en la página web con recomendaciones respecto a ropa transpirable y de colores claros, beber frecuentemente agua e hidratarse y uso de protección solar.

☒ Colocar cortinas en las aulas más calurosas que permitan la apertura de ventanas y reduzcan la temperatura interior de la clase sin menoscabo de la entrada de luz natural (prescindiendo de iluminación eléctrica que es fuente de calor), ya que los toldos, aunque frenan la exposición solar directa sobre ventanas y paredes exteriores, impiden la claridad de la luz natural. No obstante, toldos y cortinas son medidas compatibles para reducir la temperatura.

☒ Priorizar que, principalmente los grupos de 5ºB, 6ºA y 6ºB puedan buscar espacios alternativos donde impartir clase, pudiendo desarrollarse en biblioteca, sala de informática o aula de música cuando se encuentren libres. También el desarrollo de las clases en el exterior, principalmente bajo el porche del edificio principal que tiene orientación norte.

☒ Realizar sesiones al aire libre aprovechando las primeras horas de la mañana para las áreas instrumentales, principalmente en el caso de 5ºB.

☒ Reducir el uso de dispositivos que generen calor y aprovechar la luz natural.

☒ Reducir el volumen de trabajo y hacer descansos para hidratarse en el aula.

☒ Informar periódicamente de la necesidad de beber, aunque no se tenga sed.

☒ Realizar Educación Física en el gimnasio y, de salir al exterior, realizarla en zona con sombra.

☒ Recomendar el consumo de fruta para el recreo.

☒ Adelantar el horario de recreo, que generalmente es a las 11:00 horas (en los meses de junio y septiembre, y únicamente en caso de tres días consecutivos en situación de alto riesgo), a las 10:30 hasta las 11:00, pudiendo estructurar la jornada en dos sesiones de 45 minutos, recreo de 30 minutos y tres sesiones de 40 minutos hasta salir a las 13:00 horas. La zona de Educación Infantil será la 3 para los tres niveles y la marquesina con sombra, pues son las dos zonas con más árboles que resguarden de la acción directa del sol.



- ☒ Ante situaciones de calor extremo, puntualmente, realizar el recreo dentro del aula.
- ☒ Utilizar gorra o alguna protección para evitar la exposición solar directa en la cara o la cabeza.
- ☒ Utilizar pulverizadores con agua para refrescarse.

3.- 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 A LOS SERVICIOS DE URGENCIAS (112) O A LA ASISTENCIA SANITARIA MÁS CERCANA.

Mientras tanto:

- 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 debe acudir a un servicio médico de urgencias para someterla a una revisión exhaustiva.
- Si no se recupera o pierde el conocimiento, hay que tumbarla con las piernas flexionadas.

4.- MODELOS DE COMUNICACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN DEL CENTRO.

El Plan será público en la página web del Centro. Se realizarán y publicarán también infografías y folletos con recomendaciones como lo que se muestra a continuación.



RECOMENDACIONES PARA LAS ALTAS TEMPERATURAS

1

Beber
frecuentemente
agua, aunque no se
tenga sed.



2

Uso de ropa
transpirables y de
colores claros.



3

Uso de gorra para salir
al patio (indicad el
nombre y curso)



4

Desayunos saludables,
especialmente fruta
que contenga mucha
agua.



Antes de salir de
casa, uso protección
solar.

5



COLEGIO PÚBLICO DE INFANTIL Y PRIMARIA
LUIS VIVES



Otros canales de información para las familias, personal docente y personal de administración y servicios sobre las diversas actuaciones serán las que se muestran en el siguiente diagrama:



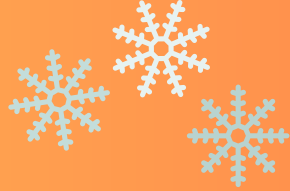
RECOMENDACIONES

FRENTE AL CALOR

**Protéjase del sol
use protector
solar SFP 50, gafas
de sol y gorras**



**Permanezca en
lugares frescos,
climatizados o con
sombra**



**Use ropa ligera, de
colores claros y en
playas y piscinas
con SFP 50**

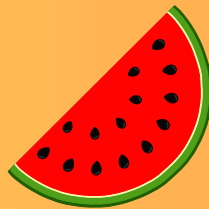
**Bebe agua con
mayor frecuencia**



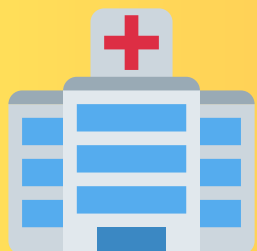
**Evite salir en las
horas centrales
del día**



**Tome alimentos frescos
y ligeros como
gazpachos, ensaladas y
frutas como sandia**



En casa baje persianas



**Acuda al Centro de
Salud en casos de
diarrea y/o vómitos**

**No deje nunca a
nadie dentro de un
vehículo**





MEDIDAS ORGANIZATIVAS ANTE UNA OLA DE CALOR					
MEDIDAS (Planificadas el 15 de mayo y aprobadas en claustro)	SI	NO	FECHAS GESTIONES		
			PLANIFICADO	EN PROCESO	REALIZADO
Informar, a través de cartelería, de las recomendaciones a tener en cuenta en caso de elevadas temperaturas. Ver anexo.	X				X
Identificar espacios aledaños accesibles: biblioteca, museos, polideportivos, etc., en los que se puedan realizar actividades docentes alternativas.	X		X		
Disponer áreas de descanso que permitan además hidratarse y planificar descansos, aunque sean breves, por estas áreas.	X				X
Para cuando haya una alerta por ola de calor, revisar las actividades complementarias y extraescolares y evitar que se realicen en lugares expuestos al sol o con exceso de temperatura.	X				X
Cuando haya una alerta por ola de calor, informar a las familias de las medidas y recomendaciones que se consideren convenientes, en cuanto a vestimenta, hidratación, protección, actividad física, medidas adoptadas por el centro, etc. Ver cartelería de anexo.	X		X		
Disponer en las primeras horas de la mañana las actividades de mayor exigencia física, como tareas de limpieza, jardinería, mantenimiento, educación física, etc. respetando la autonomía de los centros y sin afectar a la calidad educativa y la conciliación familiar.	X			X	
Eliminar o reducir las tareas pesadas que requieran un gasto energético elevado, como puede ser educación física, ejercicios de fisioterapia, tareas de limpieza, mantenimiento o cocina.	X		X		



MEDIDAS ORGANIZATIVAS ANTE UNA OLA DE CALOR					
MEDIDAS (Planificadas el 15 de mayo y aprobadas en claustro)	SI	NO	FECHAS GESTIONES		
			PLANIFICADO	EN PROCESO	REALIZADO
Organizar, en la medida de lo posible, las actividades para que se pueden desarrollar preferentemente en la planta baja con orientación norte y noroeste del centro y en zonas exteriores sombreadas.	X		X		
Organizar, en la medida de lo posible, las actividades para evitar espacios en que se concentra el calor, tales como plantas altas, bajo cubierta, lugares con dificultades de ventilación, los que den a calles de tráfico intenso o a superficies que irradien calor o con grandes superficies acristaladas sin proteger.	X		X		
Organizar, en la medida de lo posible, el traslado de los ocupantes de espacios no acondicionados, sobrecalentados o sobreexpuestos a radiación solar, a otros espacios o instalaciones del centro docente que resulten más abiertos, frescos y sombreados	X		X		
Recomendar, en exteriores, proteger la cabeza con gorras o sombreros y usar cremas de alta protección contra el sol.	X				X
Recomendar el uso de ropa amplia y ligera, con colores claros, que les permita realizar todo tipo de movimientos y facilite la transpiración. Evitar el uso de mochilas en esa época del año.	X				X
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.	X				X



MEDIDAS ORGANIZATIVAS ANTE UNA OLA DE CALOR					
MEDIDAS (Planificadas el 15 de mayo y aprobadas en claustro)	SI	NO	FECHAS GESTIONES		
			PLANIFICADO	EN PROCESO	REALIZADO
Implantar medidas de ventilación natural: 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 hasta el alfeizar para evitar la acumulación de aire caliente entre el cristal y la persiana. Se deberán bajar los toldos, si se dispone de los mismos. La/s puerta/s del lugar permanecerán abiertas al igual que las puertas de las habitaciones enfrentadas, localizadas en una fachada sin radiación solar directa.	X				X
Implantar medidas de ventilación cruzada: Durante la jornada, se deberá prever que las puertas y ventanas de habitaciones enfrentadas, con distintas orientaciones y sin obstáculos entre ambas permanezcan abiertas, para favorecer este tipo de ventilación, siempre y cuando alguna de ellas esté orientada al norte, a espacios frescos y sombreados como patios o espacios con vegetación, u orientaciones sin radiación directa.	X				X
En los momentos de radiación directa sobre las ventanas utilizar los elementos de protección de los que se disponga (toldos, persianas, pantallas vinílicas, etc.).	X				X
Reducir el tiempo de encendido de equipos e instalaciones que generen calor, por ejemplo, apagando ordenadores, herramientas, regletas, focos, ascensores, etc. que no se estén utilizando.	X		X		



MEDIDAS ORGANIZATIVAS ANTE UNA OLA DE CALOR					
MEDIDAS (Planificadas el 15 de mayo y aprobadas en claustro)	SI	NO	FECHAS GESTIONES		
			PLANIFICADO	EN PROCESO	REALIZADO
Reducir la iluminación de espacios comunes y mantener apagadas las luminarias de los espacios que no se estén utilizando.	X		X		
Facilitar el acceso permanente a agua potable y fresca para hidratarse a menudo.	X				X
Aconsejar beber abundante líquido (preferentemente agua), sin esperar a tener sed y recomendar que el alumnado acuda al centro con botellas y cantimploras de agua que también puedan llenar en el propio centro.	X				X
Activar medidas concretas para las personas sobre las que se conozca o sean aparentemente más sensibles, por edad, embarazo, enfermedad, etc., como trasladarlas, si es posible, a las zonas que registran menores temperaturas.	X				X
Priorizar el seguimiento de personas previsiblemente más vulnerables (para centros que disponen de enfermero/a).	X				X
Informar sobre la necesidad de consultar al médico de referencia acerca de medicación pautada y sus posibles complicaciones por calor. El consumo de determinados medicamentos puede agravar el posible agotamiento- deshidratación por calor.	X		X		
Informar de los síntomas de los trastornos producidos por el calor. Ver Cartelería de Anexo	X				X



MEDIDAS ORGANIZATIVAS ANTE UNA OLA DE CALOR					
MEDIDAS (Planificadas el 15 de mayo y aprobadas en claustro)	SI	NO	FECHAS GESTIONES		
			PLANIFICADO	EN PROCESO	REALIZADO
Informar de las medidas a llevar a cabo en caso de que una persona tenga síntomas de efectos adversos de calor, dejarla reposar en una habitación fresca y tranquila y si está consciente que beba agua fresca. Llamar al 112 o a la asistencia sanitaria más cercana. Ver cartelería de Anexo	X				X