



COMUNICADO GENERAL 01 DIR-2024

Santiago de Surco 02 de marzo del 2024

A TODA NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA:

Deseamos comunicarles que iniciándose nuestro año lectivo 2024 este lunes 04 de marzo del presente y de acuerdo a la RM N° 086-2024 MINEDU a la misma que establece la “Norma Técnica para la adopción de medidas preventivas frente a los efectos nocivos a la salud por la exposición prolongada a la radiación solar, bajas y altas temperaturas u otros fenómenos climatológicos” se establece lo siguiente:

1.- A partir del lunes 04 de marzo del presente, Informaremos y sensibilizaremos a los miembros de la comunidad educativa Palestra sobre los riesgos de exposición prolongada a la radiación solar, bajas y altas temperaturas (diferenciando entre agotamiento por calor y golpe de calor) u otros fenómenos climatológicos:

Diferencias	Agotamiento por calor	Golpe de calor
Síntomas y signos	Taquicardia, sudoración, cansancio extremo, respiración rápida, dolor de cabeza, debilidad.	Piel caliente, desmayo, convulsiones, confusión mental, delirios, mareos y escalofríos
Tratamiento	Trasladar a un espacio fresco y ventilado, quitar la ropa excesiva, enfriar el cuerpo con pañitos húmedos y ventilación, dar a beber agua. Si los síntomas no mejoran, llamar al 113 opción 3 o al 106 (SAMU)	Llamar al 106 (SAMU), enfriar rápido por inmersión en agua, envolver en sábanas mojadas y ventilar vigorosamente, aplicar hielo en axilas, ingle y cabeza

2.- Gestionar con apoyo de los Comités del Colegio Palestra: de Gestión de Condiciones Operativas, de Gestión Pedagógica, de Gestión del Bienestar y de Gestión del Riesgo de Desastres; convenios, acuerdos o alianzas con instituciones aliadas, con la finalidad de implementar acciones de sensibilización y capacitación a docentes, estudiantes y familias, así como otras acciones que contribuyan a minimizar los efectos nocivos de la radiación solar, las bajas y altas temperaturas, u otros fenómenos climatológicos

3.- La ceremonia del **Buen Inicio del Año Escolar 2024** (BIAE) se limitará como máximo a quince (15) minutos la concentración de estudiantes y los otros miembros de la comunidad educativa, asegurando su protección y en tanto las condiciones climatológicas lo permitan

4.- Frente a la radiación solar se promoverá el uso de: a) pantalón corto o short (Su short o pantalón de deporte) gorros u otros elementos que cubran orejas y cuello preferentemente. b) camisas , blusas o polos de color blanco c) gorros u otros elementos que cubran orejas y cuello preferentemente d) Bloqueador solar de factor de protección 30 o mayor. d) Lentes con filtro UV, entre otros.

5.- Promover la celebración del “Día de la Capa de Ozono y la Protección de la Radiación Ultravioleta”, el día **16 de setiembre** (Incluirlo en el calendario cívico escolar con carácter de importante) realizando actividades pedagógicas destinadas a la adopción de medidas que ayuden a prevenir los problemas originados por exposición a la radiación solar, bajo la consigna **“La exposición prolongada a la radiación solar produce daño a la salud”**, enfatizando en sus causas y la importancia de la adopción de buenas prácticas de ecoeficiencia que promuevan las 3R: **Reusar, Reutilizar, Reciclar**, como acción para contrarrestar el Cambio Climático

6.- Para evitar o mitigar el golpe de calor y/o agotamiento por calor:

a) Se solicitará a padres de familia que provean de agua segura a sus hijos con el fin de que se mantengan hidratados.

b) Promover la ingesta diaria de frutas y agua segura (entre ocho a diez vasos al día).

c) Mantener llenos nuestros dispensadores de agua en los patios y secretaria, y otros, para el consumo directo, considerando las medidas sanitarias recomendadas por el Ministerio de Salud, para el cuidado de la salud y la prevención de enfermedades ocasionadas por vectores como el Dengue, Zyka y Chinkunguya.

d) Implementar **pausas activas** durante la jornada escolar y evitar que permanezcan en espacios cerrados, por tiempo prolongado.

e) Asegurar que los ambientes se mantengan ventilados, facilitando la circulación del aire, manteniendo las ventanas y puertas abiertas.

h) Disponer que el desarrollo de las actividades pedagógicas, deportivas u otras, que se realizan al aire libre y **sin protección solar** se efectúen preferentemente hasta las 10:00 am horas. En caso se realicen en **espacios techados** o provistos de sombra natural, debe considerarse la circulación adecuada de aire.

i) Flexibilizar el uso de prendas que no generen calor, como: - Pantalones cortos (su short o pantalón corto de deporte) Camisa, blusa o polo de colores claros, de preferencia blanco

j) Promover con la instancia de salud correspondiente (DIRESA, DISA, Red de salud, EE.SS., entre otras) las acciones para las prácticas de hábitos saludables y sostenibles contra el Dengue, Zyka y Chinkunguya; así como golpe y/o agotamiento ocasionado por las olas de calor.

Atentamente

DIRECCIÓN