



Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació
i Formació Professional
Institut Xaloc



Pla d'organització de centres per a altes a temperatures elevades POCAT

ÍNDEX

1. Introducció	2
2. Ubicació i característiques del centre educatiu	3
3. Activitats en horari acadèmic i fora d'horari	3
4. Període d'aplicació del POCAT	4
5. Criteris per a l'inici	4
6. Mesures organitzatives	5
7. Mesures generals de protecció	6
8. Coordinació del POCAT	6
9. Avaluació del POCAT	7
10. Actuacions en cas d'esgotament per calor o de cop de calor	7
Annex I	8
Quadre sobre actuacions en cas de primers auxilis per efectes de la calor	

Pla d'organització de centres per a altes a temperatures (POCAT)

Introducció

Davant el marc d'altres temperatures, el Departament d'Educació ha elaborat una Guia d'actuació per a centres educatius que inclou un conjunt de mesures organitzatives encaminades a neutralitzar o minimitzar les conseqüències d'aquests fenòmens. Cada centre educatiu l'ha d'adaptar a la seva realitat particular mitjançant l'elaboració d'un Pla d'Organització de Centre per a Altes Temperatures (POCAT) en funció de les característiques arquitectòniques, de la disponibilitat d'espais climatitzats i a l'exterior de zones ombrejades o porxos.

1. Ubicació i característiques del centre educatiu

a. Ubicació



Centre: Institut Xaloc de Educació Secundària Obligatòria (de 1r a 4t ESO)

Aforament habitual: 250 persones (estudiants d'entre 11 i 17 a, i adults treballadors i treballadores)

Adreça: Cr. Guifré el Pilós s/n

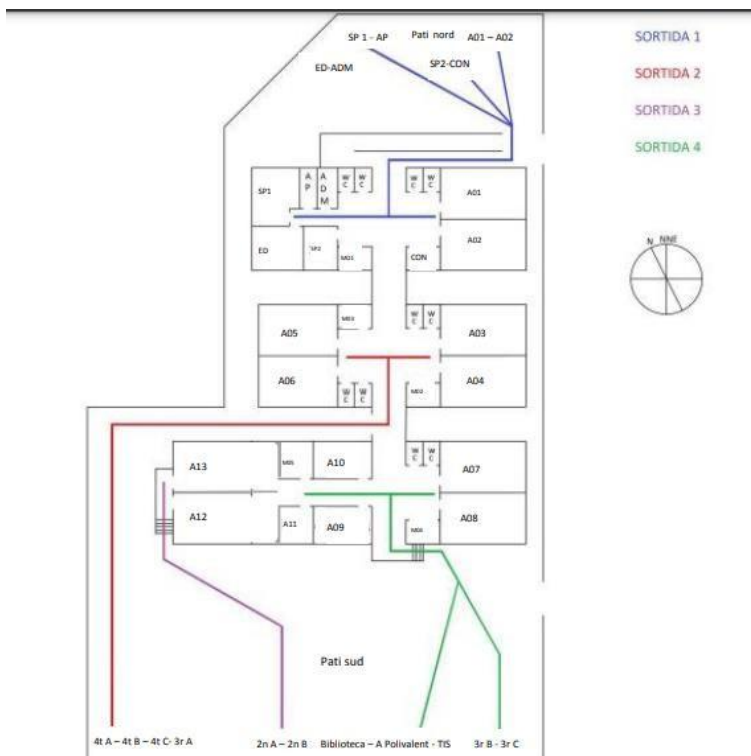
Localitat: Les Roquetes (08812)

Municipi: Sant Pere de Ribes

Comarca: Garraf

Servei Territorial: Penedès

b. Característiques



Interior L'institut està ubicat en mòduls prefabricats amb aularis i zona d'administració i professorat.

- **Zones climatitzades:** aules, sales de professorat, equip directiu/espai reunions.
- **Zones amb ventilació forçada:** secretaria i consergeria.
- **Zones sense cap element de ventilació:** passadissos, sala TIS, sala at. personalitzada i magatzems.

Exterior:

- **Ombrejat d'arbres:** pati entrada principal
- **Porxo reduït:** entrada principal
- **Ombrejat:** pati oest i zona sud de les pistes
- **Sense protecció:** la major part de la zona de pistes del pati sud i oest

2. Activitats en horari acadèmic i fora d'horari

a. **Horari lectiu:** de dilluns a divendres de 8.00h a 14.30h

b. **Horari d'activitats extraescolars:**

- TEA:** de dilluns a dijous de 16.15h a 17.15h
- LCAM:** dilluns i dimecres de 16.00h a 17.00h
- Esport escolar:**

1. Voleibol exterior pavelló municipal: dilluns i dimecres de

18.15h a 19.15h.

2. Futbol sala: dimarts exterior pavelló municipal 17.00h a 18.00h i dijous pati nord institut de 18.15h a 19.15h.

c. **Horari d'activitats complementaries fora del centre** (curriculars d'àmbit o matèria i d'acció tutorial): varia en funció de l'activitat i poden incloure pernocta en el cas de colònies.

3. Període d'aplicació del POCAT

1r període: de l'1 de maig a l'últim divendres de juliol amb el centre obert.

2n període: des del primer dia de final d'agost d'obertura del centre fins al 31 d'octubre.

4. Criteris per a l'inici

A partir de la predicció de l'Equip de Predicció i Vigilància del Servei Meteorològic de Catalunya (SMC), el Departament d'Educació comunicarà als centres educatius, mitjançant l'aplicació de missatgeria instantània Telegram, la previsió de temperatures de la zona climàtica corresponent a cada servei territorial quan es prevegi la superació dels llindars "calor escoles".

Zona	Llindar calor escoles (T °C exterior) ¹	Llindar avís SMP (T °C exterior) ²
Alt Pirineu i Aran	32	37
Lleida	34	38
Maresme – Vallès Oriental	29	33
Baix Llobregat	30	35
Girona	34	38
Catalunya Central	35	39
Camp de Tarragona	30	34
Terres de l'Ebre	35	39
Penedès	32	36
Vallès Occidental	32	36
Barcelonès	30	34
Barcelona	30	34

1. Llindars de temperatura a partir dels quals els centres educatius presenten incidència per desconfort tèrmic.

2. Llindars de temperatura a partir dels quals s'activa els avisos del PROCICAT per calor.

A partir de la recepció d'aquest avís s'iniciarà el POCAT amb un comunicat a la comunitat educativa mitjançant correu electrònic i l'espai web del centre les mesures organitzatives descrites en els apartats següents.

Com a criteri general són mesures a aplicar a l'Institut Xaloc més enllà de l'avís del SMC atès el tipus d'instal·lació (mòduls prefabricats amb deficient aïllament tèrmic) en el que entre les 11.00h i les 16.00h i entre els mesos de maig i finals d'octubre la temperatura interior supera l'exterior habitualment a les zones orientades a sud.

5. Mesures organitzatives

- Durant les hores de sol abaixar les persianes de les finestres on el sol toca directament i mantenir la ventilació natural creuada, resultat d'una diferència de pressió entre les diferents façanes d'una construcció, sempre que la temperatura interior no superi la temperatura exterior i els 27°C considerada temperatura màxima de treball en espais tancats, que llavors s'han d'encendre els aires condicionats.
- Ús de l'aire condicionat durant la jornada laboral (temperatura de l'aparell 26°C) sempre que la temperatura interior sigui superior a la temperatura exterior i com a regla general a partir de les 11.00h atès el tipus d'edificació.
- Refrescar el centre a primera hora del matí (7.30h) amb l'obertura de totes les finestres i portes.
- En els espais exteriors, sempre que s'hagi de ser a l'exterior, utilitzar tant com sigui possible les zones d'ombra disponibles.
- S'evitarà fer activitats a l'exterior durant les hores de màxima insolació (de 12 a 16 h), de manera que s'ajustaran les activitats tant dins el recinte com en espais exteriors al recinte, poden arribar a anul·lar-les o a modificar l'horari, així l'educació física es mirarà de fer-la a l'interior del pavelló municipal o bé modificar l'activitat i realitzar-la dins les aules climatitzades. En el cas d'activitats complementàries a l'aire lliure o en espais no climatitzats, s'haurà de limitar l'horari entre les 8.00h i les 11.00h o 12.00h am
- A nivell laboral, les activitats més pesades s'han de realitzar entre les 7.30h i les 11.00h (Consergeria)
- Les faltes d'assistència motivades per les altes temperatures es poden considerar justificades sempre que hagin estat comunicades per la família de l'alumne/a.
- Es podrà permetre, a criteri de la direcció del centre, la sortida de l'alumnat a requeriment de les famílies, d'acord amb l'organització prèvia i els horaris de sortida que el centre estableixi a aquest efecte.
- En cas de calor extrema es pot arribar a suprimir activitats complementàries a l'aire lliure..

6. Mesures generals de protecció

- A l'exterior, cal evitar estar al sol i és recomanable portar gorra o barret i un ventall.
- Aplicar mesures de protecció solar. Aplicar-se crema solar 20 minuts abans d'anar al centre i regularment al llarg del dia. És aconsellable factor de protecció 30 o superior a les zones cutànies exposades al sol.
- Beure regularment aigua fresca encara que no es tingui set (un got cada 15 o 20 minuts). No s'ha d'esperar a tenir set per veure . S'ha d'oferir-ne amb freqüència a l'alumnat.
- S'ha de prestar especial atenció a l'alumnat i personal considerat vulnerable pel patiment de malalties cròniques (hipertensió arterial, diabetis, malalties cardiovasculars, malalties respiratòries, malaltia pulmonar obstructiva crònica, malalties renals o altres persones que prenen medicaments especials) i dones embarassades.

7. Coordinació del POCAT

- Correspon a la direcció del centre determinar l'entrada en vigor del Pla o de les mesures necessàries ateses les característiques del centre (mòdul prefabricats).
- Correspon a la direcció del centre sol·licitar als treballadors i treballadores la informació necessària sobre malalties cròniques sempre per preveure situacions de risc.
- Correspon als tutors i tutores dels alumnes sol·licitar a les famílies dels alumnes que tutoritza informació sobre possibles malalties cròniques, si no s'ha recollit ja aquesta informació en el Pla de Formació i Creixement Personal de cada alumne/a.
- Correspon a la direcció del centre comunicar a la comunitat l'entrada en vigor del POCAT a través del correu electrònic i de la web del centre com a un Pla dins el PEC.
- Correspon a la secretària del centre fer el seguiment de la seva aplicació amb la col·laboració de les conserges concretament en relació a la posada en funcionament dels aires condicionats.
- Correspon als coordinadors de cicle recollir la informació necessària per fer el seguiment del compliment i adequació de les mesures amb la col·laboració dels tutors i tutores de l'alumnat que traspasaran a l'equip directiu a les reunions de la COC.
- Des dels àmbits es trametrà informació del seguiment del Pla a la CCC i des d'aquí a l'equip directiu.
- Correspon a la coordinadora de prevenció de riscos laborals fer, juntament amb la secretaria del centre l'avaluació final del POCAT i proposar a la direcció del centre les modificacions oportunes en tot el que afecti als treballadors i treballadores.
- Correspon a la secretaria del centre fer la valoració finals del POCAT en tots els aspectes per introduir les millores necessàries si escauen.

8. Avaluació del POCAT

Amb la finalitat de conèixer la utilitat del POCAT, per assegurar-ne l'eficàcia i l'operativitat en el seu context específic, s'han de fer avaluacions de l'aplicació en finalitzar el període de vigència a l'octubre i durant la seva aplicació per introduir els canvis que es considerin necessaris.

Els principals aspectes que caldrà avaluar són:

- Valoració de l'actuació dels membres de la comunitat educativa i especialment del professorat en relació amb l'atenció a l'alumnat, en aquestes circumstàncies.
- Comprovació de l'eficàcia de les mesures organitzatives previstes.
- Grau d'idoneïtat de les instal·lacions i dels recursos utilitzats.

9. Actuacions en cas d'esgotament per calor o de cop de calor

L'esgotament per calor és un estadi previ al cop de calor, per la qual cosa cal reconèixer-lo a fi de prevenir una situació més greu. Consultar l'annex I

En els infants i joves, els símptomes inclouen:

- sudoració excessiva,
- sensació de calor sufocant i de set intensa,
- sequedat a la boca,
- rampes musculars,
- esgotament, cansament o debilitat.

DAVANT D'AQUESTS SÍMPTOMES EN UN PERÍODE DE TEMPERATURES ELEVADES, CAL TRASLLADAR LA PERSONA AFECTADA A UN LLOC MÉS FRESC I FER-LI BEURE AIGUA (ÉS IMPORTANT QUE L'AIGUA O ELS LÍQUIDS UTILITZATS PER REFREDAR LA PERSONA NO SIGUIN GAIRE FREDS).

Els símptomes més freqüents d'un cop de calor inclouen, entre d'altres:

- un augment de la temperatura corporal superior a 40 °C;
- mal de cap;
- nàusees i vòmits;
- pell envermellida, calenta i sense suor;
- respiració i freqüència cardíaca accelerades, i alteracions de l'estat mental o del comportament, com ara confusió, irritabilitat o deliri.

EN CAS DE COP DE CALOR, A MÉS DE LES MESURES ANTERIORS, CAL AVISAR URGENTMENT ELS SERVEIS D'EMERGÈNCIES (112).

Annex I

Actuacions en cas de primers auxilis per efectes de la calor

Doneu l'alerta als serveis d'emergència trucant al 112 i mentre espereu que arribin, apliqueu les següents actuacions generals de primers auxilis:

Efectes	Causas	Síntomes	Primers auxilis
Erupcions cutànies	Pell mullada a causa d'excessiva sudoració o humitat ambiental.	Erupció vermella desigual a la pell. Pot infectar-se. Picors intensos. Molèsties que impedeixen o dificulten treballar i descansar bé.	Netejar la pell i assecar-la. Canviar la roba humida per un d'èxota.
Deshidratació	Pèrdua excessiva d'aigua pel fet que se sua molt i no es restableix l'aigua perduda.	Set, boca i mucoses seques, fatiga, atordiment, taquicàrdia, pell seca i encartonada, miccions menys freqüents i de menor volum, orina concentrada i fosca.	Portar l'afectat/ada a un lloc fresc i estirar-lo amb les cames aixecades. Afluixar-li o treure-li la roba i refrescar-lo, ruixant-lo amb aigua i ventant-lo. Donar-li aigua freda amb sals o una beguda isotònica fresca.
Rampes	Pèrdua excessiva de sals pel fet que se sua molt. Beure grans quantitats d'aigua sense que s'ingereixin sals per reposar les pèrdues amb la suor.	Contractures doloroses, breus i intermitents que afecten els grups musculars més usats que apareixen en l'última part de l'exercici o, fins i tot, diverses hores després d'acabar-lo. No van acompanyades de febre.	Descansar en un lloc fresc. Beure aigua amb sals o begudes isotòniques. Fer exercicis suaus d'estiraments i fregar el múscul afectat. No fer activitat física fins que hagin passat hores després que hagin marxat les rampes. Trucar al metge si no desapareixen en 1 hora.
Esgotament per calor	En condicions d'estrès tèrmic per la calor: esforç continuat sense descansar o perdre calor sense restablir l'aigua i les sals perdudes amb la suor. Pot desembocar en un cop de calor.	Apareixen sovint al llarg de diversos dies, debilitat, nàusees, vòmits, oïdies, marejos, rampes i, en menor freqüència, ansietat, irritabilitat, sensació de desmai i fins i tot síncope. Pell pàl·lida i suada (enganyosa) amb temperatura normal o elevada.	Portar l'afectat/ada a un lloc fresc i tornar-lo amb les cames aixecades. Afluixar-li o treure-li la roba i refrescar-lo ruixant-lo amb aigua i ventant-lo. Donar-li aigua freda amb sals o una beguda isotònica fresca.
Síncope per la calor	En estar dempeus i immòbil durant molt de temps en un lloc calorós, no arriba suficient sang al cervell.	Desmai, visió borrosa, mareig, debilitat, pols dèbil.	Mantenir la persona estirada amb les cames aixecades en un lloc fresc.



Efectes	Causes	Síntomes	Primers auxilis
Cop de calor	En condicions d'estrès tèrmic per calor: treball continuat del personal treballador no aclimatat, mala forma física, susceptibilitat individual, malaltia cardiovascular crònica, ingesta de certs medicaments, obesitat, ingesta d'alcohol, deshidratació, esgotament per la calor, etc. Pot aparèixer de manera brusca i sense símptomes previs. Fallada del sistema de termoregulació fisiològica. Elevada temperatura central i dany en el sistema nerviós central, ronyons, fetge, etc.	Taquicàrdia, respiració ràpida i feble, tensió arterial elevada o baixa, disminució de la sudoració, irritabilitat, confusió i desmai. Alteracions del nivell de consciència. Febre (39,6-40 °C). Pell calenta i seca, amb cessament de la sudoració. ES UNA EMERGÈNCIA MÈDICA!	Ràpidament allunyar l'afectat/ada de la calor, començar a refrescoar-lo i trucar urgentment al 112. Tombar-lo en un lloc fresc. Afluixar-li o treure-li la roba i embolcallar-lo en una manta o tela xopa d'aigua i ventar-lo, o introduir-lo en una banyera d'aigua freda o similar.