

SALUD LABORAL

nº 967

CONDICIONES DEL AULA

Combatir el frío en los centros escolares



El frío puede provocar un descenso notable en la destreza general y en la habilidad manual de los estudiantes, y una disminución de la fuerza muscular, lentitud de reacción y torpeza de movimientos.

El confort térmico es el bienestar físico y psicológico de las personas cuando las condiciones de temperatura, humedad y movimiento del aire son favorables a la actividad que se realiza. Los edificios deben proporcionar a sus ocupantes este ambiente confortable y saludable para trabajar. Si los factores ambientales de las aulas están dentro de los límites de confort, el rendimiento de los estudiantes mejorará y el trabajo de los docentes será de mayor calidad.

Para alcanzar estos límites de confort, los sistemas de ventilación y climatización de las escuelas deben tener un buen diseño para crear las condiciones térmicas aceptables de temperatura y humedad, y una calidad del aire interior también aceptable y, posteriormente, tener garantizado un mantenimiento y limpieza adecuados que eviten las humedades, las goteras, etc.

CONDICIONES DE UN AULA CLÁSICA

Aula: entre 60 y 65 m².

Espacio alumno: 2 m².

Espacio movimiento profesor: 5 m².

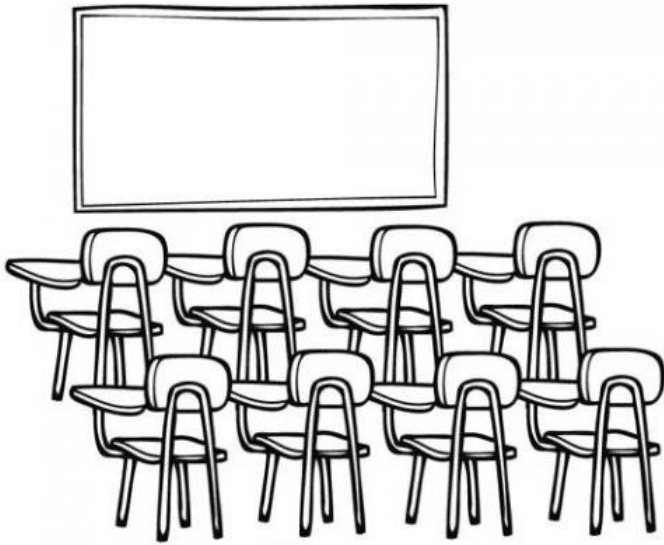
Iluminación: a ser posible, luz natural; las ventanas deberían estar en los espacios laterales, evitando que tanto el profesor

como los alumnos tuvieran ventanas frente a sí. La iluminación artificial debe ser clara, pero no estridente; debería mantener el cierto tono de “intimidad” que siempre supone la enseñanza. Esta iluminación debería oscilar alrededor de los 500 lux.

Temperatura: la ideal para actuar como “receptor” de una enseñanza oscila entre los 18 y 22°C en invierno; 22 y 27°C en verano. Es peor exceder esa graduación que no llegar a ella. En el proceso de recepción es siempre peor “pasar calor” que frío. (Real Decreto 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo).

Color predominante: son preferibles, tanto para paredes como para mesas y sillas, los colores claros. No es bueno cargar las paredes de cuadros o pósters que inciten a variar el centro de atención, que en este caso es el profesor.

Ruidos: es lógico que existan ruidos débiles, producto de la propia práctica, pero deben anularse los generados gratuitamente por los alumnos. En cuanto a los ruidos externos, hay que adoptar las medidas preventivas para evitar el exceso de ruido procedente del exterior.



EL FRÍO EN LOS CENTROS ESCOLARES

En algunos centros de enseñanza existen carencias de infraestructura que impiden la instalación de calefacción o estufas, o no se realiza un mantenimiento regular, correctamente planificado y ejecutado, que permita reparar cañerías dañadas, mantener adecuadamente calefacciones, calderas u otros equipos de acondicionamiento o, simplemente, cuidar y conservar el propio edificio. Este hecho puede provocar que en invierno el frío origine molestias o incomodidades que afecten al bienestar de los alumnos y profesores, y cause dificultades en la ejecución de las tareas que pueden influir en el rendimiento escolar.

Las bajas temperaturas provocan un empobrecimiento general de la actividad docente. Con las manos frías, por ejemplo (la destreza manual depende de la temperatura de los dedos, manos y antebrazos) y una sensación general de frío es difícil concentrarse en las aulas. Lógicamente, la zona en la que se encuentra el centro escolar influye en que la sensación de frío sea mayor, aunque la orientación y el tamaño de la escuela también contribuyen a ello.



Así, por ejemplo, en centros escolares deficientemente acondicionados puede haber en invierno problemas importantes, especialmente en las primeras horas de la mañana en invierno, cuando el frío es más riguroso, pudiendo provocar malestar físico y distracciones en las clases. La temperatura óptima del aula dependerá de la actividad que se desarrolle en ella, siendo entre 18º y 22º la temperatura

que se considera más adecuada. El efecto más directo del frío es el enfriamiento inmediato de la piel y de las vías respiratorias superiores, pero también puede provocar una disminución del rendimiento muscular, entumecimiento de pies y manos, disminución de la sensibilidad, y torpeza. Las manos, sobre todo, son muy sensibles a la exposición al frío, por lo que los movimientos rápidos y delicados se entorpecen.

La primera medida de prevención, por tanto, es la de conservar la escuela en el mejor estado posible, cuidando sus estructuras, equipos, maquinaria y mobiliario, y garantizando que sus condiciones no se deterioren. No obstante, en situaciones en que la propia infraestructura de la escuela no permita la instalación de calefacción o, si no hay posibilidad de solucionar el problema a corto plazo, se pueden aplicar unas sencillas medidas preventivas, que enumeramos a continuación, para hacer más comfortable la estancia en el centro escolar:

- Aplicar un horario de invierno más suave, como retrasar 15 minutos el inicio de las clases.
- Permitir llegar una hora más tarde a los alumnos más pequeños.
- Ampliar en territorios donde el frío es intenso, y en lo posible, las vacaciones de invierno.
- Suspender la salida de los niños al patio cuando hace mucho frío o llueve para evitar que la formación de hielo provoque resbalones.
- Permitir al alumnado más tiempo para realizar determinadas tareas.
- Colocar estufas en las aulas con sistemas de seguridad ante el roce o contacto directo y, a ser posible, con termostato que, al alcanzar el ambiente la temperatura deseada, desconecte el aparato automáticamente.
- Tapar con corcho las cajas de las persianas.
- Colocar burletes en ventanas y comprobar su buen estado periódicamente para evitar la entrada de corrientes de aire y la pérdida de calor. Para cambiarlos, hay que quitar los viejos con agua caliente y limpiar la zona antes de instalar los nuevos; los más duraderos son los de vinilo y silicona.
- Bajar las persianas en cuanto se vaya la luz para evitar la pérdida de calor.
- Ajustar las puertas con cintas aislantes.
- Colocar doble acristalamiento en las ventanas.
- Abrigarse utilizando prendas de abrigo adecuadas, como camisetas interiores, jerseys o calzado, evitando ponerse, en lo posible, guantes, abrigos o anoraks, ya que interfieren en la destreza manual y pueden dificultar el movimiento de algunas partes del cuerpo.
- Permitir ingerir líquidos calientes para recuperar pérdidas de energía calorífica.

Imma Badia Camprubí
Secretaria de Acció Sindical
y Salut Laboral de FEUSO

