

**IES GRANADILLA DE ABONA**

# PROTOCOLO DE CENTRO PARA HACER FRENTE A LAS ALTAS TEMPERATURAS



# PROTOCOLO DE CENTRO PARA LA ACTUACIÓN ANTE SITUACIONES DE ALTAS TEMPERATURAS

## 1. INTRODUCCIÓN

El presente protocolo de actuaciones ante situaciones de altas temperaturas pretende proporcionar un marco de directrices para orientar a la comunidad educativa del IES Granadilla de Abona, de tal manera que pueda prepararse y dar respuesta, de un modo eficaz y efectivo, a situaciones de altas temperaturas excepcionales.

La conveniencia de disponer en los centros educativos de un protocolo de actuación ante estos episodios se concreta en los siguientes aspectos:

- Reducción el margen de error en las decisiones.
- Agilización de la respuesta en cada situación.
- Minimización de la incertidumbre y proporción de mayor seguridad a todos los miembros de la comunidad educativa.
- Facilitación de la comprensión de las medidas apropiadas para proteger la salud y el bienestar de las personas, así como la organización de actividades y espacios de los centros educativos en situaciones que resulten de aplicación.

## 2. CONTEXTUALIZACIÓN DEL CENTRO

El IES Granadilla de Abona se encuentra situación en la carretera a San Miguel SN, en el municipio de Granadilla de Abona.

En el curso 2024-25 son 128 los y las docentes que desempeñan su labor en el centro.

Además del personal docente, contamos con personal de administración y servicios:

- 3 subalternos.
- 2 administrativas.
- 2 encargados de mantenimiento.
- El servicio de limpieza, excepto en una persona, se encuentra externalizado.

Se entenderá por trabajadores o trabajadoras o alumnado vulnerable<sup>1</sup> frente a episodios de altas temperaturas a aquellas personas que padezcan afecciones de tipos cardiaco, renal, cáncer, diabetes, hipertensión, obesidad o patologías que dificultan la movilidad. De igual modo, se tendrá en consideración que personas con discapacidad también pueden tener dificultad para adaptarse al calor extremo.

Las instalaciones se encuentran en un edificio principal, distribuidas en tres plantas, en un edificio adyacente para los talleres y en la antigua casa del conserje, habilitada como Aula Enclave.

---

<sup>1</sup> El centro dispondrá de la información sobre el número de trabajadores/as y alumnado vulnerables que tendrá que haber aportado la correspondiente documentación acreditativa.

El edificio principal alberga las aulas de grupo, aulas específicas por materia, gimnasios, talleres, baños, despachos, departamentos, sala de visita de familias, administración y conserjería y sala del profesorado.

En el exterior de los edificios, tanto principal como anexo (con los talleres de las enseñanzas asociadas al Departamento de Electricidad y Electrónica) se encuentra el aparcamiento, el patio principal -techado, en su mayor parte- y una gran zona ajardinada. Esta es la única zona de sombra que posee el centro en el exterior.

A esta fachada principal también desemboca la cafetería.

Exceptuando algunas aulas de la planta alta, que tienen cerramiento tipo “persiana”, en las demás, el cerramiento se realiza por medio de cortinas. Sin embargo, las propias características del centro, con espacios amplios y por su ubicación, permiten que, en los días de viento, exista una buena circulación del aire que permite refrescar algo el ambiente en los días de calor.

El centro, como se ha dicho, cuenta con zona ajardinada; no obstante, no hay espacios habilitados que proporcionen sombra.

En otro orden de cosas, y en relación con la posibilidad de trasladar la actividad lectiva a su modalidad no presencial, si se diera el caso, el centro cuenta con *tablets* y ordenadores de préstamo que permiten cubrir al 100% del alumnado que lo pudiera necesitar.

El horario general del centro, según el turno, es el siguiente:

Turno de mañana: de 8,00 a 14.00 (ESO, Bachillerato, CFFP Básica, CFGB, CFGM y CFGS Presenciales, excepto CFGS de Energías Renovables).

Turno de tarde: 16.00 a 22.15

- BSP: de 16.00 a 21.15.
- Ciclos Semipresenciales: de 17.00 a 22.15
- CFGS de Energías renovables (Presencial): de 16.00 a 21.45
- Ciclo Inicial de Grado Medio de Senderismo (Presencial): de 16.00 a 21.45

### 3. ACTUACIONES PREVIAS

Para coordinar e informar las actuaciones previstas en este protocolo ha de tenerse en cuenta:

- El principal medio de comunicación con la comunidad educativa es la web del IES Granadilla de Abona. En ella se publicará cualquier cuestión que tenga que ver con cualquier escenario de aplicación a este protocolo. También se enviarán notificaciones por *Pincel Ekade*.
- La principal plataforma para la gestión de la enseñanza telemática es *Google Classroom*. El centro gestiona, desde inicio de curso, la matrícula del alumnado en el entorno de *@canariaseducacion.es*. Desde las diferentes áreas y materias, y utilizando nuestro módulo 0 TIC de inicio de curso, el alumnado es formado por el profesorado en el uso de esta herramienta.
- A inicio de curso, se realiza encuesta con la que se detecta la posible brecha digital de alumnado con el objetivo de paliarla, a través de la entrega de dispositivos de préstamo.
- Las programaciones de los diferentes niveles y enseñanzas, al igual que la Programación General Anual, contemplarán el escenario de enseñanza a distancia.
- Desde el Plan de Acción Tutorial, se tratará la información que deberá llegar al alumnado con respecto a las pautas a seguir en caso de tener que aplicar modalidad de enseñanza no presencial.
- En la medida de lo posible, se realizarán simulacros de enseñanza no presencial en todos los niveles.

- Toda la información relativa a canales de comunicación, escenarios de enseñanza, etc., se encuentra recogida en la PGA a disposición de toda la comunidad educativa.

#### **4. MEDIDAS Y ACTUACIONES.**

Las medidas y actuaciones que a continuación se exponen se basan en lo recogido en el punto 6 “Niveles de riesgo y medidas de intervención” del Protocolo de Actuación en el Ámbito Educativo ante situaciones de Altas Temperaturas difundido por la administración educativa.

El criterio general de referencia para la intervención y consecuente aplicación del protocolo en situaciones de altas temperaturas excepcionales, así como para la aplicación de las medidas organizativas que procedan, es el proporcionado por la Dirección General de Salud Pública y la Dirección General de Emergencias del Gobierno de Canarias o, en su caso, el del Plan de Emergencias del municipio de Granadilla de Abona.

NIVELES DE RIESGO DERIVADOS DE TEMPERATURAS MÁXIMAS		
Clasificación del riesgo	Definición	Intervención
<b>Nivel 0</b> Ausencia de riesgo	<b>Ausencia de riesgo</b> Las temperaturas no superan los 33°C en la provincia de Las Palmas y 34°C en la provincia de Santa Cruz de Tenerife.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Situación de normalidad.</li> </ul>
<b>Nivel 1</b> Riesgo bajo	<b>Riesgo bajo</b> Se activará cuando exista <u>aviso amarillo</u> por parte de la Dirección General de Salud Pública y la Dirección General de Emergencias del Gobierno de Canarias (consultar enlace).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Difusión de información general y recomendaciones a la comunidad educativa.</li> <li>Aplicación de <u>medidas ordinarias</u>.</li> </ul>
<b>Nivel 2</b> Riesgo medio	<b>Riesgo medio</b> Se activará cuando exista <u>aviso naranja</u> por parte de la Dirección General de Salud Pública y de la Dirección General de Emergencias del Gobierno de Canarias (consultar enlace).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Difusión de información general y recomendaciones a la comunidad educativa.</li> <li>Aplicación de <u>medidas extraordinarias</u>.</li> <li>Especial atención a las medidas aplicables al alumnado perteneciente a los grupos de riesgo.</li> </ul>
<b>Nivel 3</b> Riesgo alto	<b>Riesgo alto</b> Se activará cuando exista <u>aviso rojo</u> por parte de la Dirección General de Salud Pública y de la Dirección General de Emergencias del Gobierno de Canarias (consultar enlace).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Difusión de información general y recomendaciones a la comunidad educativa.</li> <li>Aplicación de <u>medidas excepcionales</u>.</li> <li>Intervención directa sobre la población vulnerable en el ámbito educativo.</li> </ul>

#### 4.1. MEDIDAS DE ACTUACIÓN ASOCIADAS AL NIVEL DE RIESGO

##### NIVEL DE RIESGO 0 – Ausencia de riesgo.

El nivel 0 en el contexto de altas temperaturas se refiere a la ausencia de riesgo. Este nivel se asigna cuando no se prevé que las temperaturas máximas y mínimas superen los valores umbrales de referencia durante un periodo específico, es decir, cuando no se espere que haya días consecutivos con temperaturas extremas.

En este nivel, no será necesario activar el protocolo

**NIVEL DE RIESGO 1 – Riesgo bajo. Medidas ordinarias (aviso amarillo).**

En este nivel, será necesario activar el protocolo con la aplicación de las medidas ordinarias establecidas que son:

- Beber agua con frecuencia aun no sintiendo sed para evitar la deshidratación
- Permitir descansos del alumnado para hidratación, especialmente en las clases de educación física.
- Evitar bebidas con cafeína, energéticas o muy azucaradas, ya que pueden favorecer la deshidratación.
- Usar ropa ligera, holgada y transpirable,
- Ingerir comidas ligeras y que ayuden a reponer las sales perdidas por el exceso de sudoración.
- Mantener los medicamentos en lugar fresco.
- Mantener las cortinas/persianas de las aulas cerradas si el sol incide directamente.
- Abrir ventanas en las horas menos calurosas. Mantener las puertas abiertas para favorecer la ventilación.
- El alumnado de 1º y 2º ESO, así como el alumnado que se encuentre en ese momento en las aulas taller de electricidad de la planta baja, realizarán el recreo en el aula.
- El resto del alumnado, realizará su recreo aprovechando las zonas de sombra del exterior del edificio: bajo cubierta del patio principal, zona del árbol de la cancha verde, y excepcionalmente, solo permitido a partir de este nivel de riesgo, en la parte alta de los jardines.
- Se reducirá la actividad física y se evitará practicar deporte entre las 11.15 y las 14.00 horas. De ser necesario, se realizarán clases teóricas en la materia de Educación Física.
- Se valorará la posibilidad de clausurar la actividad en zonas con equipamiento informático. Será sustituida por actividad teórica en otros espacios del centro: Biblioteca, Salón de Actos, Aulas de Desdoble. La adjudicación de las aulas, llegado el momento, correrá a cargo del equipo directivo.
- Prestar atención tanto al alumnado como al personal docente y no docente vulnerable, que pueda tener afecciones de tipo cardíaco, renal, cáncer, diabetes, hipertensión, obesidad o patologías que dificultan la movilidad.
- Consultar a profesionales sanitarios (anexo III) ante síntomas que puedan estar relacionados con altas temperaturas y que requieran de actuación inmediata especializada.
- Consultar al equipo directivo la posibilidad de modificar espacio en el que impartir clase, de ser necesario. Las zonas que utilizarán, preferentemente, serán Biblioteca, Salón de Actos, aulas de la planta baja por ser zonas más frescas.
- Justificar las faltas de asistencia de alumnado vulnerable a las altas temperaturas, siempre que hayan sido comunicadas por las familias (en el caso de alumnado menor de edad) y siguiendo el procedimiento establecido al efecto en el centro. En este caso, el profesorado trasladará al alumnado implicado el conjunto de actividades, tareas y otro material necesario para el seguimiento de la actividad lectiva, haciendo uso de los medios establecidos en el escenario no presencial por el centro educativo.
- Dar información rápida y eficiente a la comunidad educativa y recomendaciones ante los posibles episodios de exceso de calor.
- Las actividades complementarias y extraescolares, si las hubiese, podrán ser aplazadas o suprimidas si se considera necesario.

**NIVEL DE RIESGO 2 – Riesgo medio. Medidas extraordinarias (aviso naranja).**

Las medidas ordinarias que se refieren al nivel 1 se seguirán teniendo en consideración en este nivel.

Las acciones descritas a continuación se refieren a aquellas que se realizarán en el caso de que la Dirección General de Salud Pública y Dirección General de emergencias decreten el nivel de riesgo 2 en la zona donde se encuentre ubicado el centro educativo.

Medidas extraordinarias vinculadas a este nivel:

- SALIDA ANTICIPADA DEL ALUMNADO

Esta medida requerirá, en primer lugar, la información al Consejo Escolar de la salida anticipada y, posteriormente, la autorización de la Dirección Territorial de Educación.

Una vez autorizada la medida, se comunicará a Inspección Educativa y, finalmente, a las familias, lo cual se hará a través de publicación de entrada en la web del centro y por comunicación a través de *Píncel Ekade*.

Respecto a esta medida debe considerarse que:

-Será de carácter opcional.

-No podrá realizarse antes de las 12:00.

-Deberá ser siempre autorizada por los representantes legales del alumnado, quienes realizarán la recogida del alumnado del centro y firmarán el documento de salida anticipada de obligada cumplimentación cada vez que un o una menor sea retirada del centro.

-De no acudir los representantes legales del alumnado a retirarlo (caso de menores de edad), permanecerá en él y será atendido conforme a su jornada lectiva.

-Se prestará atención especial al alumnado vulnerable.

- MODIFICACIÓN DEL HORARIO ESCOLAR Y DE LAS ACTIVIDADES CURRICULARES

De considerarse necesario y es posible, el centro podrá establecer modificaciones del horario escolar, así como en las actividades curriculares, pudiendo contemplarse los siguientes cambios:

-Adaptación del horario de las materias de Educación Física. En caso de no poder realizar modificación del horario de la materia, se planteará la paralización de la actividad física y sustituirla por clase teórica en el aula de grupo o en el pabellón. También se puede considerar sustituir la sesión de clase por la realización de actividades alternativas entre las descritas en el siguiente punto.

-Realización de actividades alternativas a las curriculares en las horas de mayor calor, tales como juegos didácticos de mesa, ajedrez, etc., eligiendo lugares de descanso, cubiertos o a la sombra.

-Redistribución del alumnado para desarrollar la actividad del centro en espacios frescos o de sombra: los grupos que serán reubicados, de forma preferente, serán los localizados en la planta alta. Pasarán a ocupar los siguientes espacios: patio exterior bajo cubierta, Biblioteca, Salón de Actos, aulas de la planta baja. La distribución se realizará a criterio del equipo directivo.

**NIVEL DE RIESGO 3 – Riesgo alto. Medidas excepcionales (aviso rojo).**

Las acciones descritas a continuación se refieren a aquellas que se realizarán en el caso de que la Dirección General de Salud Pública y Dirección General de emergencias decreten el nivel de riesgo 3 en la zona donde se encuentre ubicado el centro educativo.

- ENSEÑANZA NO PRESENCIAL

Esta medida requerirá, en primer lugar, la información al Consejo Escolar y, posteriormente, la autorización de la Dirección Territorial.

La medida, una vez autorizada, se comunicará a Inspección Educativa y, finalmente, a las familias, lo cual se hará a través de publicación de entrada en la web del centro y por comunicación a través de *Pincel Ekade*.

La Programación General Anual (PGA) y el Plan Digital de centro contemplarán el escenario de enseñanza no presencial, al igual que las programaciones didácticas de los distintos ámbitos, áreas, materias o módulos.

Se podrá determinar de forma motivada que ciertos grupos puedan permanecer asistiendo de forma presencial al centro educativo, implementando las medidas de prevención y seguridad que se consideren oportunas y modificando el horario si fuese posible y necesario, de lo cual siempre se informaría, previamente, al Consejo Escolar, a la Dirección Territorial y a las familias por los medios ya descritos.

-En la medida de lo posible, se realizará una simulación de enseñanza no presencial durante el curso, para que tanto profesorado como alumnado y familias estén familiarizados con su uso e implementación.

Esta simulación consistirá en la planificación de una de las visitas de familia (la del mes de noviembre) de forma telemática.

También podrá consistir en la planificación de alguna actividad a realizar desde cada una de las materias que desarrollen todos los niveles y enseñanzas del curso en un día concreto y según el horario de dicho día. La simulación se comunicará tanto a profesorado como a alumnado y familias y deberá realizarse con determinado plazo de entrega, haciendo uso de las aulas virtuales (@canariaseducacion).

La comunicación al alumnado de la actividad/actividades a realizar se hará el mismo día del simulacro y se tratará en la propia sesión de la materia, indicando al alumnado lo que se debe hacer, y el plazo de entrega, que será posterior a la asignación de la actividad y a modo de tarea.

Previamente, se habrá comunicado e informado a las familias por medio de publicación en la web del centro y, en la medida de lo posible, a través de *Pincel Ekade*, dejando bien claro que en modo alguno ese día la actividad dejará de ser presencial sino que se dedicará la jornada a la realización del citado simulacro.

El resultado del simulacro, si se produjera, será analizado en CCP.

CUADRO-RESUMEN: MEDIDAS ASOCIADAS AL NIVEL DE RIESGO				
CLASIFICACIÓN DEL RIESGO	MEDIDAS ORDINARIAS	MEDIDAS EXTRAORDINARIAS	MEDIDAS EXCEPCIONALES	AUTORIZACIÓN
<b>Nivel 0</b> Normalidad				
<b>Nivel 1</b> Riesgo Bajo	<p>Difusión de información general y recomendaciones a la comunidad educativa.</p> <p>Las faltas de asistencia al centro docente del alumnado vulnerable a las altas temperaturas podrán considerarse justificadas.</p> <p>Modificación de los espacios donde impartir las clases, buscando zonas interiores y exteriores con mejores condiciones de bienestar térmico.</p> <p>Las actividades complementarias y extraescolares, si las hubiese, podrán ser aplazadas o suprimidas.</p>			Equipo directivo.
<b>Nivel 2</b> Precaución		<p>Salida anticipada del alumnado previa autorización.</p> <p>Modificación del horario escolar y de las actividades curriculares.</p>		<p>Direcciones Territoriales e Insulares de Educación.</p> <p>Equipo directivo.</p>
<b>Nivel 3</b> Riesgo alto			Enseñanza no presencial previa autorización.	<p>Direcciones Territoriales e Insulares de Educación.</p> <p>Equipo directivo.</p>

## 4.2. VIGENCIA DE LAS MEDIDAS DE ACTUACIÓN

La aplicación de las medidas organizativas podrá graduarse o modularse en función de la evolución de las condiciones meteorológicas o por un cambio en el nivel de riesgo de protocolo.

En caso de modificación de las medidas organizativas o de regreso a la normalidad y consiguiente desactivación del protocolo, el director del centro educativo informará a la comunidad educativa por medio de publicación en la web del centro y comunicación por *Píncel Ekade*.

## 5. DIFUSIÓN. FORMACIÓN DEL PROFESORADO

El presente protocolo, elaborado por el Equipo Directivo con el asesoramiento de la Coordinadora de Prevención de Riesgos Laborales del centro y siguiendo las indicaciones y orientaciones contenidas en el Protocolo de Actuación en el Ámbito Educativo ante Situaciones de Altas Temperaturas, será presentado al Consejo Escolar para su aprobación definitiva.

Esta aprobación deberá realizarse por mayoría de sus miembros.

Una vez aprobado, incorporará al Plan de Autoprotección del Centro y una vez hecho esto, se pondrá a disposición de toda la comunidad educativa siendo publicado en la web del centro (El centro\_Documentos institucionales).

Además de lo anterior, se dedicará una sesión de CCP a la presentación de este Protocolo y se realizará una sesión de Claustro donde se tratarán los aspectos recogidos, haciendo hincapié en las medidas previstas en el apartado 4, y más concretamente, en lo referido a la enseñanza no presencial y la realización del simulacro.

## 6. DIFUSIÓN. FORMACIÓN DEL PROFESORADO

La evaluación del protocolo se realizará en primera instancia en el Consejo Escolar. Esta evaluación servirá para poder incluir, con posterioridad, mejoras o revisiones que se consideren oportunas, por parte de los diferentes sectores de la comunidad educativa. La evaluación del protocolo tendrá un carácter anual y se realizará a final del curso escolar.

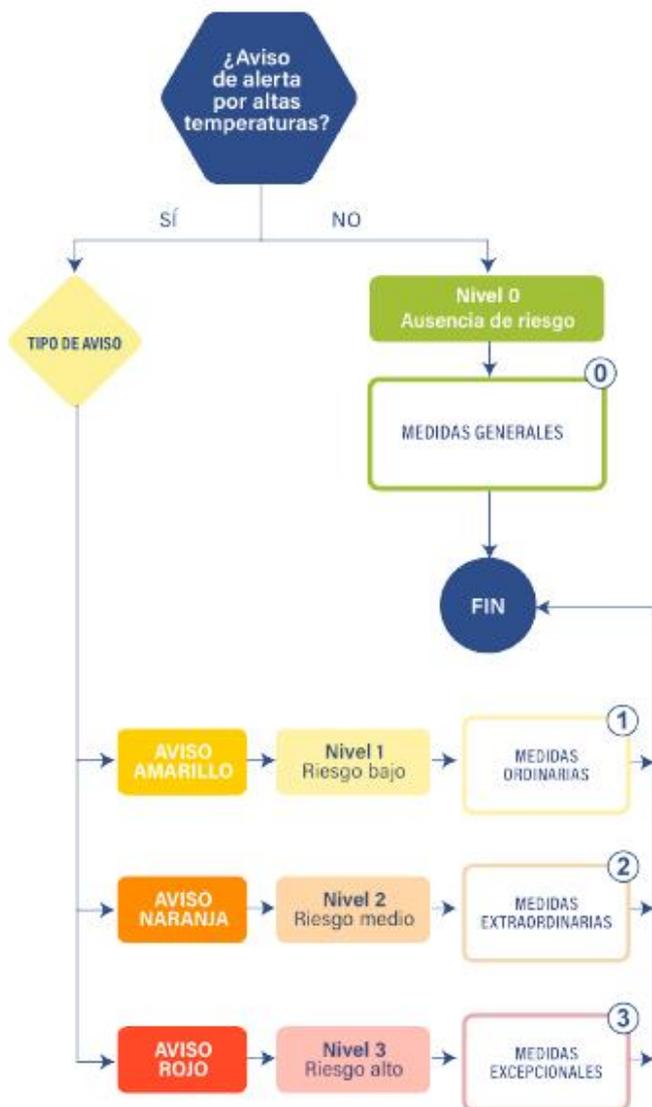
Contendrá los siguientes apartados:

- Fecha de revisión y difusión del protocolo al inicio de curso.
- Fecha de la evaluación.
- Incidencias que se hayan producido en su aplicación, en la modalidad de enseñanza presencial y/o no presencial, en la formación del profesorado, la difusión a las familias, la comunicación a alumnado y familias, etc.
- Eficacia de las medidas organizativas implementadas.
- Idoneidad de instalaciones y recursos.
- Atención al alumnado y resto del personal.
- Propuestas de mejora que serán incorporadas al protocolo e informadas al Consejo Escolar.

Esta evaluación incluirá la de la medida de simulacro de escenario de enseñanza no presencial.

# ANEXOS

**ANEXO I**  
**FLUJOGRAMA DEL**  
**PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE**  
**SITUACIONES DE ALTAS TEMPERATURAS**  
**EN EL ÁMBITO EDUCATIVO**



**0 MEDIDAS GENERALES (NIVEL 0)**

Hidratación. Ropa adecuada. Protección solar.

**1 MEDIDAS ORDINARIAS (NIVEL 1)**

Permanecer en lugares frescos y evitar el uso de zonas exteriores. (consultar Anexo II).  
 Reducir la actividad física y evitar la práctica de ejercicio al aire libre en las horas más calurosas.  
 Hidratación con frecuencia, evitando bebidas con cafeína, energéticas o azucaradas.  
 Uso de prendas ligeras, holgadas y transpirables.  
 Prestar atención a las personas vulnerables con patologías previas.  
 Consultar con personal sanitario cualquier síntoma relacionado con las altas temperaturas que requiera actuación inmediata especializada. (consultar Anexo III).

**2 MEDIDAS EXTRAORDINARIAS (NIVEL 2)**

**A. Salida anticipada del centro, informando al Consejo Escolar o Consejo Social.** Se realizará con autorización de las Direcciones Territoriales o Direcciones Insulares de Educación, informando a la Inspección de zona y a las familias. La salida del alumnado menor será opcional (no antes de las 12 del mediodía y debe ser autorizada sus representantes legales. Pueden aplazarse o suprimirse las actividades complementarias y extraescolares. Deberá prestarse especial atención al alumnado vulnerable (alumnado de Educación Infantil y alumnado con enfermedades crónicas o con discapacidad).  
**B. Modificación del horario escolar y/o de las actividades curriculares.** Redistribución del alumnado para que pueda realizar determinadas actividades en espacios frescos de sombra.

**3 MEDIDAS EXCEPCIONALES (NIVEL 3)**

Enseñanza no presencial según lo previsto para este cambio de modalidad en la PGA y en el Plan Digital de Centro y recogido en las programaciones didácticas, informando al Consejo Escolar o Consejo Social. Se realizará con autorización de las Direcciones Territoriales o Direcciones Insulares de Educación, informando a la Inspección de zona y a las familias (consultar Anexo IV).

## ANEXO II

### RIESGOS PRODUCIDOS POR ALTOS NIVELES DE RADIACIÓN ULTRAVIOLETA (UV)

Dentro de las recomendaciones acordadas dentro del compendio de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y Organización de las Naciones Unidas (ONU) sobre la salud y el medio ambiente de 2022, se encuentra la vigilancia y prevención frente a la radiación solar de UV. Dentro de las mismas, incluye que hay que promover la existencia de áreas de sombra en los centros educativos y lugares públicos.

Estos niveles se verán afectados según la hora del día, temporada del año, distancia al ecuador, la altitud y reflejos de las superficies. El Servicio Meteorológico Nacional ha desarrollado el índice de UV en una escala del 1 a +11. A mayor número, mayor riesgo de exposición a los rayos UV y mayor probabilidad de quemadura solar y daño en la piel.

COLOR	RIESGO	ÍNDICE UV
VERDE	BAJO	1-2
AMARILLO	MODERADO	3-5
NARANJA	ALTO	6-7
ROJO	MUY ALTO	8-10
MORADO	EXTREMADAMENTE ALTO	>11

La población que reside en zonas donde la exposición solar es intensa durante todo el año, como es el caso de la Comunidad Autónoma de Canarias, tiene un mayor riesgo de padecer cáncer de piel, por lo que las recomendaciones deben estar encaminadas a la disminución de la exposición solar y siempre contando con medidas de protección (sombra, protector solar, gafas de sol o gorras, entre otros).

Hay que tener especial atención con los menores. Estos suelen pasar más tiempo al aire libre y no tener consciencia del daño que produce la radiación solar.

Los índices correspondientes a los ultravioletas serán los proporcionados por la Dirección General de Salud Pública y la Dirección General de Emergencias del Gobierno de Canarias y podrán ser consultados en los siguientes enlaces:



<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/category/consejeria-seguridad-y-emergencias/alertas/>

## ANEXO III

### SINTOMATOLOGÍA ASOCIADA AL CALOR Y CRITERIOS DE ACTUACIÓN

Los síntomas que requieren una actuación inmediata especializada y que pueden estar relacionados con las altas temperaturas incluyen:

#### Síncope por calor:

- **¿Por qué se produce?**  
La vasodilatación cutánea debido al calor, junto con la pérdida de fluidos y la caída del gasto cardíaco, puede provocar un inadecuado retorno venoso central y una perfusión cerebral insuficiente.
- **¿Cómo se manifiesta?**  
Sensación de debilidad, mareo y desvanecimiento con pérdida de conocimiento.
- **Signos de advertencia:**
  1. Somnolencia, confusión, delirio o pérdida de conciencia.
  2. Dolor de cabeza intenso y "palpitante".
  3. Convulsiones.
  4. Pulso rápido y respiración acelerada.
  5. Temperatura corporal muy elevada y piel enrojecida, caliente y seca.
- **Otros efectos directos del calor intenso:**
  - Agotamiento por calor.
  - Calambres musculares.
  - Dermatitis.
  - Edemas en las extremidades.

#### Golpe de calor:

- **¿Por qué se produce?**  
Es el cuadro más grave de exposición al calor. Se origina por el fracaso agudo de la regulación de la temperatura corporal, que se incrementa rápidamente sobrepasando incluso los 40°C. Su aparición es muy rápida, en pocas horas. Constituye una urgencia médica que requiere ayuda inmediata. Si no se trata rápidamente tiene muy mal pronóstico, pudiendo causar un fracaso multiorgánico que provoque importantes secuelas (neurológicas, hepáticas, renales, etc.) o incluso la muerte.

**Golpe de calor:**

- **¿Por qué se produce?**

Es el cuadro más grave de exposición al calor. Se origina por el fracaso agudo de la regulación de la temperatura corporal, que se incrementa rápidamente sobrepasando incluso los 40°C. Su aparición es muy rápida, en pocas horas. Constituye una urgencia médica que requiere ayuda inmediata. Si no se trata rápidamente tiene muy mal pronóstico, pudiendo causar un fracaso multiorgánico que provoque importantes secuelas (neurológicas, hepáticas, renales, etc.) o incluso la muerte.

- **¿Cómo se manifiesta?**

Los signos de advertencia son somnolencia, confusión, delirio o pérdida de conciencia, dolor de cabeza intenso y "palpitante", convulsiones, pulso rápido y respiración acelerada, temperatura corporal muy elevada y piel enrojecida, caliente y seca.

- **¿Qué se debe hacer?**

Es fundamental llamar inmediatamente a los servicios de emergencia. Mientras acuden:

- a. Situar a la persona a la sombra, en un lugar lo más fresco posible.
- b. Quitarle la ropa si es posible y bajar su temperatura mojándole constantemente la piel.
- c. Aplicarle compresas/toallas de agua fría (sobre todo en axilas, cuello y cabeza), rociar la piel con agua o utilizar cualquier medio disponible. Refrescar o mover el aire a su alrededor.
- d. No darle de beber.
- e. Si vomita, recostarla sobre el costado izquierdo para que no se ahogue con el vómito.
- f. Tratar de evitar que se lastime si presenta contracciones musculares, pero sin ponerle nada en la boca.

ACTUACIONES ANTE SINTOMATOLOGÍA POR EFECTOS DEL CALOR			
EFFECTOS	CAUSAS	SÍNTOMAS	ACTUACIÓN
Calambres	Pérdida excesiva de sales debido a aumento de sudoración.	Contracturas dolorosas, breves e intermitentes que afectan a los grupos musculares más usados. No van acompañadas de fiebre.	Descansar en lugar fresco. Beber agua con sales o bebidas isotónicas. Hacer ejercicios suaves de estiramiento y frotar el músculo afectado. No realizar actividad física alguna hasta horas después de que desaparezcan. Asistencia sanitaria si no remiten en una hora.
Deshidratación	En condiciones de estrés térmico por calor: esfuerzo continuado sin descansar o perder calor sin reponer el agua y las sales perdidas al sudar. Puede desembocar en golpe de calor.	Aparecen, a menudo, a lo largo de varios días: debilidad, náuseas, vómitos, cefaleas, mareos, calambres y, en menor frecuencia, ansiedad, irritabilidad, sensación de desvanecimiento e incluso síncope. Piel pálida y sudorosa (pegajosa) con temperatura normal o elevada.	Llevar al afectado a un lugar fresco y tumbarlo con los pies levantados. Aflojar la ropa y refrescar rociando con agua y abanicando. Dar agua fría con sales o una bebida isotónica fresca si la tolera. Si vomita, solicitar asistencia sanitaria.
Síncope por calor	Al estar de pie e inmóvil durante mucho tiempo en sitio caluroso no llega suficiente sangre al cerebro.	Desvanecimiento, visión borrosa, mareo, debilidad, pulso débil.	Mantener a la persona echada con las piernas levantadas en lugar fresco. Llamar asistencia sanitaria.
Golpe de calor	En condiciones de estrés térmico por calor. Puede aparecer de manera brusca y sin síntomas previos. Fallo del sistema de termorregulación fisiológica. Elevada temperatura central y daños en el sistema nervioso central, riñones, hígado, etc.	<b>¡ES UNA EMERGENCIA!</b> Taquicardia, respiración rápida y débil, tensión arterial elevada o baja, disminución de la sudoración, irritabilidad, confusión y desmayo. Alteraciones del nivel de conciencia. Fiebre (39,5 - 40°C). Piel caliente y seca, con cese de sudoración.	Lo más rápidamente posible, alejar al afectado del calor, empezar a enfriarlo y llamar urgentemente al médico. Tumbarse en un lugar fresco. Aflojar o quitar la ropa y envolver en tela empapada en agua y abanicar, o introducir en una bañera de agua fría o similar.