



DEPARTAMENTO DE

EDUCACIÓN

GOBIERNO DE PUERTO RICO
OFICINA DEL SECRETARIO

Lcdo. Eliezer Ramos Parés | Secretario | ramospr@de.pr.gov

Vía correo electrónico:

secretaria@senado.pr.gov

2 de septiembre de 2025

Hble. Ada M. Álvarez Conde
Senadora
Senado de Puerto Rico
El Capitolio
San Juan, Puerto Rico

Asunto: Respuesta a la Petición de Información 2025-0092

Estimada Senadora y distinguidos miembros del Senado:

Reciba un cordial saludo de parte de todos los que laboramos en el Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR). En atención a la Petición de Información 2025-0092, aprobada el 18 de agosto de 2025, y notificada mediante comunicación de la Secretaría del Senado, el Departamento de Educación remite, en cumplimiento con lo requerido, la información correspondiente a las gestiones realizadas por el DEPR para mitigar la ola de calor.

A tales efectos, se incluyen **anejos** con la información, según solicitada, relacionada a:

1. Un informe detallado sobre el plan de mitigación de calor diseñado para el año escolar 2025-2026 para las escuelas.
2. Informe de aquellas acciones realizadas sobre este asunto y las pendientes (aires instalados, abanicos, etc.).

Agradecemos la oportunidad de colaborar en las labores legislativas del Senado de Puerto Rico y nos reiteramos a la disposición para proveer cualquier información adicional que se entienda necesaria.

Cordialmente,


Lcdo. Eliezer Ramos Parés
Secretario

Anejos





DEPARTAMENTO DE

EDUCACIÓN

GOBIERNO DE PUERTO RICO

OFICINA DEL SECRETARIO

Lcdo. Eliezer Ramos Parés | Secretario | ramospr@de.pr.gov

30 de julio de 2025

Subsecretaria asociada, subsecretaria de Administración, secretaria asociada de Educación Especial interina, secretarios auxiliares, directores de divisiones, institutos y oficinas, gerentes y subgerentes, directores ejecutivos, directores de áreas y programas, superintendentes regionales, superintendentes de escuelas, superintendentes auxiliares, facilitadores docentes, directores de escuela y maestros

Lcdo. Eliezer Ramos Parés
Secretario

SEGUIMIENTO A LA IMPLEMENTACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN ANTE EPISODIOS DE CALOR EXTREMO EN LAS ESCUELAS PRIMARIAS Y SECUNDARIAS DURANTE EL AÑO ESCOLAR 2025-2026

En cumplimiento con lo dispuesto en la Ley Núm. 193 del 5 de septiembre de 2024, que establece la obligación de implementar medidas de prevención y manejo de riesgos asociados a episodios de calor extremo en los planteles escolares, el Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) reafirma su compromiso con la seguridad y el bienestar de toda la comunidad educativa. La referida ley dispone que las agencias gubernamentales, incluyendo nuestro sistema de enseñanza pública, adopten planes y estrategias específicas para atender las condiciones ambientales que puedan afectar el ambiente escolar y la salud de estudiantes, docentes y personal de apoyo.

Este memorando tiene como propósito dar seguimiento a la implementación de las estrategias de prevención previamente delineadas y establecer mecanismos de monitoreo que garanticen el cumplimiento de la Ley Núm. 193, *supra*, en todas las escuelas primarias y secundarias del sistema educativo público. Asimismo, se

enfatisa la necesidad de fortalecer la coordinación entre las oficinas regionales educativas (ORE), los equipos de trabajo escolares, y las familias para asegurar que se tomen las medidas necesarias de forma oportuna y eficaz, protegiendo así la integridad física y emocional de los estudiantes y el personal escolar durante el año escolar 2025-2026.

La información que se presenta busca recordar y reforzar la importancia de adoptar medidas preventivas y proactivas para enfrentar el calor extremo dentro de nuestras instalaciones escolares en el horario regular y en otra dependencia del DEPR.

Cada acción cuenta en la creación de un ambiente seguro y saludable para todos, desde asegurar una adecuada ventilación, el acceso a agua potable y la modificación del uniforme, hasta implementar políticas de protección solar y descansos regulares durante los días más calurosos. Por tanto, en cada escuela y dependencia del DEPR se implementarán las acciones que siguen con el fin de prevenir incidentes por episodios de calor extremo.

A. Acciones para preparar a las comunidades escolares para prevenir incidentes por episodios de calor extremo

El superintendente regional, en coordinación con el equipo de trabajo de su oficina regional educativa (ORE) y los directores de escuela, se preparará para prevenir incidentes por episodios de calor extremo durante el verano educativo o el año escolar al considerar, pero sin limitarse a, los siguientes elementos:

Entorno escolar	• Ventilación • Verifique el funcionamiento de los ventiladores y los acondicionadores de aire. ▪ En las áreas con ventiladores, abra ventanas y puertas para que tengan ventilación adecuada. ▪ En las áreas con acondicionadores de aire mantenga una temperatura agradable. - Se sugiere ajustar la temperatura del acondicionador de aire a 21 grados
------------------------	---

Entorno escolar	Celsius (°C) o 69.8 grados Fahrenheit (°F). • Acceso al agua • Verifique el funcionamiento de las fuentes de agua (funcionamiento y cambio de filtro). • Áreas con sombra • Evalúe las áreas con sombra natural en el patio escolar ▪ Considere la instalación de toldos y carpas, de ser necesario, para proporcionar áreas frescas y de protección al aire libre. ▪ Establezca normas para el uso de gorras o sombreros y protección solar en las actividades en el patio escolar.
Rutinas y protocolos para el personal escolar y los estudiantes	• Uniforme modificado y código de vestimenta flexible • Uniforme modificado para los estudiantes: ▪ pantalones cortos tipo bermuda y camisa escolar ▪ El uniforme debe ser holgado, en telas transpirables como el algodón o el lino, que facilitan la circulación del aire. • Código de vestimenta flexible para empleados La vestimenta de trabajo del personal debe ser holgada en telas transpirables como el algodón o el lino, que facilitan la circulación del aire y con el decoro profesional esperado a la labor que se realiza en las escuelas u otras dependencias del DEPR. • Modificación de organización escolar • Durante los días de más calor, ajuste la programación a los horarios más convenientes para evitar actividades físicas intensas en el

Rutinas y protocolos para el personal escolar y los estudiantes	exterior durante las horas pico de calor y humedad. • Considere cambiar, temprano en la mañana o a última hora de la tarde, las clases que contemplan actividades al aire libre. • Programe más descansos durante el horario escolar establecido durante los días que se proyecte mayor calor y humedad. • Implementación de descansos regulares para hidratarse y refrescarse • Establezca pausas regulares en forma alterna para que los estudiantes y los empleados puedan hidratarse y refrescarse (uso de atomizadores de agua o compresas de agua).
Comunicación y capacitación	• Protocolo para responder una emergencia por calor externo • Revise el Plan de Emergencia Escolar (anejo 17). • Prepare una guía rápida del protocolo para responder a una emergencia relacionada con el calor extremo, con fundamento en el anejo 17, que sirva para brindar los primeros auxilios a los estudiantes y empleados en casos de presentar afecciones causadas por el calor extremo: sarpullido por calor, quemaduras solares, calambres por calor, agotamiento por calor y golpe de calor, entre otros. • Asigne un área con acondicionador de aire y un lugar cercano de hidratación para atender estudiantes y personal afectados por el calor. • Establezca una lista del personal con un contacto primario y otro alterno en caso de que un estudiante o empleado requiera asistencia por el calor extremo. • Identifique a los empleados y a los estudiantes con condiciones de salud crónicas como problemas cardíacos, epilepsia, alta presión, diabetes, condiciones de la piel, entre otras, y mujeres embarazadas.

Comunicación y capacitación	• Capacitación del personal escolar • Oriente sobre el Plan de Emergencia Escolar (anejo 17) para responder a una emergencia por calor extremo. • Monitoree diariamente el pronóstico de temperatura y humedad para la semana; el día y el progreso durante el día escolar o trabajo. • Informe sobre los síntomas y su reconocimiento, la prevención y la atención de las afecciones causadas por el calor extremo. • Capacite sobre los primeros auxilios ante las afecciones causadas por el calor extremo. • Comunicación con las familias • Informe el protocolo para responder a una emergencia por calor externo. • Informe sobre los síntomas y su reconocimiento, la prevención y la atención (primeros auxilios) de las afecciones causadas por el calor extremo en la escuela y el hogar. • Divulgación y rotulación de las áreas • Síntomas, prevención, y primeros auxilios para el agotamiento por calor o el golpe por calor en la escuela y el hogar, entre otros padecimientos causados por el calor extremo.
---	---

Cada superintendente regional emitirá un memorando interno para sus escuelas y otras dependencias de la ORE con el fin de operacionalizar estas disposiciones. Además, en coordinación con su equipo de trabajo, diseñarán modelos de organización escolar que establezcan las pausas sugeridas por grados o equipos de trabajo por grado para que los estudiantes y los empleados puedan hidratarse y refrescarse.

B. Acciones para que los empleados puedan prevenir incidentes por episodios de calor extremo en el área de trabajo

1. Esté atento a las alertas meteorológicas de la agencia federal correspondiente en el **National Weather Service**, a la que puede acceder

en <https://www.weather.gov/sju/>, o utilice una aplicación como **Weather** para conocer las proyecciones de temperatura y humedad para la semana, el día o el transcurso del día laboral.

2. Use ropa liviana, holgada y de colores claros en telas que faciliten la circulación de aire.
3. Beba mucha agua durante todo el día, incluso si no tiene sed.
4. Disponga de un ventilador o abanico personal (manual o de batería) o de escritorio.
5. Protéjase del sol, al procurar la sombra; use gorra o sombrilla y protector solar en las actividades en el patio escolar.
6. Lleve meriendas nutritivas a base de frutas y líquidos fríos.
7. Disponga de un atomizador de agua o una toallita para que se aplique compresas de agua fresca en la frente o en la nuca, de necesitarlas.
8. Si tiene alguna condición crónica de salud, siga las recomendaciones médicas para mantenerse seguro ante el calor extremo.
9. Conozca y comparta el plan establecido por el supervisor inmediato.
10. Estudie los síntomas de las afecciones causadas por el calor extremo y cómo prevenirlos. Notifique sus síntomas y pida asistencia siguiendo el protocolo establecido en su escuela o centro de trabajo.

C. Acciones para que el maestro pueda prevenir incidentes por episodios de calor extremo en el salón de clases

1. Conozca y comparta el plan establecido por el director de escuela con los estudiantes.
2. Esté atento a las alertas meteorológicas en **National Weather Service** (<https://www.weather.gov/sju/>) o utilice una aplicación como **Weather** para conocer las proyecciones de temperatura y humedad para la semana, el día de trabajo o en el transcurso de este.
3. Conozca y comparta con sus estudiantes los síntomas de las afecciones causadas por el calor extremo y cómo prevenirlos. Enseñe a sus estudiantes los pasos a seguir para prevenir o reconocer los síntomas y actuar si algún compañero muestra síntomas de alguna afección, siguiendo el protocolo establecido en su escuela.
4. Identifique a los estudiantes con condiciones crónicas de salud y asegúrese de que siguen las recomendaciones médicas para mantenerse seguros ante el calor extremo.
5. Asegúrese de que el salón de clases esté bien ventilado. Si hay acondicionador de aire, utilícelo para mantener una temperatura

- agradable para el proceso de enseñanza-aprendizaje. Si no lo hay, abra ventanas y puertas, encienda los ventiladores para crear corrientes de aire.
6. Permita y fomente que los estudiantes tengan botellas de agua en sus pupitres o mesas y exhórtelos a tomar agua, aunque no sientan sed.
 7. Incorpore en la rutina del proceso de enseñanza-aprendizaje descansos regulares para que los estudiantes puedan beber agua y se rocíen agua o se apliquen compresas de agua fresca de necesitarlo.
 8. Si la clase planificada es fuera del salón de clases, asegúrese de que usted y sus estudiantes siguen las medidas de prevención, como descansos en sombra, hidratación constante, uso de gorra y protector solar y uso de atomizadores de agua o compresas de agua para refrescarse.
 9. Si las actividades al aire libre son parte de la rutina escolar, en coordinación con el director de escuela, intente programarlas temprano en la mañana o más tarde en la tarde cuando las temperaturas son más frescas, y siga las medidas de prevención para las afecciones causadas por el calor.
 10. En los días especialmente calurosos, incorpore actividades que ayuden a refrescar a los estudiantes, como lecciones que incluyan el uso de agua, proyectos en áreas con acondicionador de aire o descansos adicionales para hidratarse.

D. Acciones para las familias sobre cómo preparar a sus hijos para la escuela (año escolar o verano educativo) ante la eventualidad de episodios de calor extremo

1. Esté atento a las alertas meteorológicas en **National Weather Service** (<https://www.weather.gov/sju/>) o utilice una aplicación como **Weather** para conocer las proyecciones de temperatura y humedad para la semana o el día para asegurarse que su hijo esté preparado para el día escolar. Además, esté atento a las notificaciones enviadas por la escuela.
2. Proporcione a su hijo una botella de agua reutilizable y asegúrese de que esté llena antes de ir a la escuela.
3. Suministre a su hijo un atomizador con agua o una toallita para que se aplique compresa de agua fresca en la frente o en la nuca de necesitarla después de las actividades en el patio escolar o durante el proceso de enseñanza y aprendizaje.
4. Anime a su hijo a beber agua regularmente, incluso si no tienen sed.
5. Facilite a su hijo el uniforme flexible y holgado acordado con la escuela: pantalones cortos tipo bermuda y con la camisa distintiva de la escuela. Busque opciones de tela transpirables como el algodón o el lino, las cuales permiten una mejor circulación del aire.

6. Provéale, de ser posible, un ventilador o abanico personal (manual o de batería) y una gorra para **uso exclusivo en las actividades fuera del salón de clases**.
7. Suministre a su hijo meriendas nutritivas a base de frutas hidratantes y líquidos fríos.
8. Indíquelo a su hijo que cuando esté jugando en el patio de la escuela, use la gorra, busqué la sombra y tome descansos para beber agua y refrescarse.
9. Si su hijo tiene alguna condición crónica de salud, instrúyalo en cómo seguir las recomendaciones médicas para mantenerse seguro ante el calor extremo.
10. Dialogue con su hijo sobre los síntomas de las afecciones causadas por el calor extremo y cómo prevenirlos. Exhórtelo a que notifique sus síntomas al maestro, al enfermero u otro personal escolar para que le brinden asistencia.

Con la incorporación de estas acciones en las escuelas primarias y secundarias, estamos asumiendo una responsabilidad compartida por el bien de todos. Con estas, no solo estamos protegiendo a nuestras comunidades escolares en el presente, sino que también estamos sentando las bases para un futuro sostenible y resiliente. El material informativo sobre las afecciones causadas por el calor extremo está disponible en:

<https://dedigital.dde.pr/mod/folder/view.php?id=3492>

Agradezco de antemano su colaboración y compromiso continuo en este importante asunto que permite garantizar la seguridad y la salud de nuestros estudiantes y empleados.

40922ES EST ROMER



Food and
Nutrition
Service

Park Office
Center

3101 Park
Center Drive
Alexandria
VA 22302

DATE: September 23, 2019

MEMO CODE: SP 39-2019

SUBJECT: Clarification on the Milk and Water Requirements in the School Meal Programs¹

TO: Regional Directors
Special Nutrition Programs
All Regions

State Directors
Child Nutrition Programs
All States

This memorandum rescinds and replaces SP 19-2018, issued August 6, 2018. This updated memorandum clarifies regulations that water made available to students in the National School Lunch Program (NSLP) and School Breakfast Program (SBP) shall not compete with the milk requirement. The NSLP regulations at 7 CFR 210.10(a)(1)(i) require schools to make water available and accessible to children during the meal service. Similarly, the SBP regulations at 7 CFR 220.8(a)(1) require schools to make water available and accessible during the meal service if breakfast is served in the cafeteria. While water must be made available, schools must not directly or indirectly restrict the sale or marketing of fluid milk (7 CFR 210.10(d)(4)).

There are several ways in which a school can implement the water requirement without restricting the selection of fluid milk. Memorandum SP 28-2011, Revised July 12, 2011: *Water Availability During National School Lunch Program Meal Service*, explains that schools can offer water pitchers and cups on lunch tables, a water fountain, or a faucet that allows students to fill their own bottles or cups with drinking water. There may be some instances where, to facilitate a smooth lunchroom service or in the case of safety, a school decides to provide bottled water to meet the water requirement instead of providing a water fountain or water pitcher and cups. In whatever manner water is served, it is not part of the reimbursable meal, and students are not required to take water. Furthermore, commercially packaged water and potable water should not be made available on the serving line in any manner that interferes with or appears to substitute for the selection of components of the reimbursable meal, including low-fat or fat-free milk.

¹ Pursuant to the Congressional Review Act (5 U.S.C. §801 et seq.), the Office of Information and Regulatory Affairs designated this memorandum as not a major rule, as defined by 5 U.S.C. § 804(2).

State agencies are reminded to distribute this memorandum to Program operators. Program operators should direct any questions concerning this guidance to their State agency. State agencies with questions should contact the appropriate FNS Regional Office.

Original Signed

Angela Kline
Director,
Policy and Program Development Division



NEGOCIADO PARA EL MANEJO DE
EMERGENCIAS Y ADMINISTRACIÓN
DE DESASTRES

NMEAD

GOBIERNO DE PUERTO RICO

ARTHUR GARFFER CROLY
SECRETARIO

ÁNGEL JIMÉNEZ COLÓN
COMISIONADO

11 de junio de 2025

Hon. Eliezer Ramos Parés

Secretario

Departamento de Educación

VALIDACION DE PLAN OPERACIONAL DE EMERGENCIAS (POE)

Reciba un cordial saludo del personal que labora en el Negociado para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres y del mío propio.

El Negociado para el Manejo de Emergencias y Administración de Desastres (NMEAD), tiene como responsabilidad la evaluación, aprobación y validación de los Planes Operacionales de Emergencias (POE) de las Agencias del Gobierno de Puerto Rico. Aunque los planes fueron certificados por un término de tres años, los mismos deben mantenerse en constante evaluación, ya que pueden surgir cambios debido a situaciones que puedan ocurrir que los mismos sean activados.

Queremos notificarle que, durante este año 2025, su plan fue revisado y el mismo, cumplió con todas las expectativas y lo establecido en la guía federal CPG 101 V3. Por lo que queda validado el POE de su agencia, recordando que es un documento vivo que requiere revisión constante para mantenerlo al día.

Para cualquier duda o pregunta, puede comunicarse con este servidor al (787) 724-0124, ext. 40075 o al correo electrónico, ajcolon@dsp.pr.gov / alozano@dsp.pr.gov.

Cordialmente,


Ángel Jiménez Colón
Comisionado



GOBIERNO DE PUERTO RICO

DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

Subsecretaría de Administración | Jullymar Octtaviani Vega | octavianivj@de.pr.gov

26 de agosto de 2024

A todos los Directores Escolares y Superintendentes Regionales

Jullymar Octtaviani Vega

Jullymar Octtaviani Vega

Subsecretaría de Administración

ENTREGA DE BIENES EN LAS ESCUELAS "BACK TO SCHOOL" INICIATIVAS CANASTA BÁSICA Y OLA DE CALOR

El Departamento de Educación de Puerto Rico (DEPR) como parte del "Back To School" en este nuevo año escolar 2024 – 2025 se encuentra trabajando con varias iniciativas, entre estas se están distribuyendo en todas las escuelas diversos artículos relacionados a la canasta básica y ola de calor.

Por tal razón, es de suma importancia que una vez el suplidor esté en la escuela y proceda a entregar los artículos de estas iniciativas, el Director Escolar debe verificar al momento y certificar que ha recibido los bienes que se detallan en el documento que les entrega el suplidor.

Entre los artículos que estarán distribuyendo se encuentran los siguientes:

INICIATIVA OLA DE CALOR

- **Loncheras:** para todos los estudiantes según matrícula
- **Vasos insulados de 16 oz:** para los estudiantes de los grados 9, 10, 11 Y 12 según matrícula
- **Carpas:** 2 por escuela
- **Canes para agua:** 2 por escuela
- **Abanicos:** refuerzo a la entrega que se realizó el año pasado
- **Máquina de lavado a presión:** se entregarán a las escuelas que no hayan adquirido mediante compra el equipo el pasado año escolar

INICIATIVA CANASTA BASICA:

- **Impresora multifuncional:** 1 por escuela marca Lexmark mono MX722 adhe 2397 con 1 toner negro

Los estudiantes de nivel primario estarán recibiendo próximamente vasos insulados de 8 onzas.

Agradeceremos su estricto cumplimiento.

Ave. Tite. César González, esq. Calle Juan Calaf, Urb. Industrial Tres Monjitas, Hato Rey, Puerto Rico 00917 • P.O. Box 190759 San Juan, PR 00919-0759 • Tel. 787-759-2000 • www.de.pr.gov

El Departamento de Educación no discrimina de ninguna manera por razón de edad, raza, color, sexo, nacimiento, condición de veterano, ideología política o religiosa, origen o condición social, orientación sexual o identidad de género, discapacidad o impedimento físico o mental; ni por ser víctima de violencia doméstica, agresión sexual o acoso.

Producto	Descripción	Cantidad		
Abanico	Abanico de pedestal 18 in de diametro, marca Reliable Air System, garantía de 6 meses	32,000		
Carpa	Carpa 10 x 10 con bulto para almacenar, marca Instant Canopy Pop Up 10x10 Tent, garantía de 1 año	1,730		
Can de agua	Can para enfriar el agua, marca Igloo, garantía de 1 año	1,730		
Vasos 16oz	Vasos insulados de 16 oz, marca Tumbler Satinless Steel Vacuum Insulated, garantía 9 meses en defectos de fabricación	100,000		
Loncheras	Loncheras con solapa abatible, marca Extra Charm Insulated Lunch Bag, garantía 3 meses en defectos de fabricación	229,974		
Maquina de hielo	Máquina de hielo, marca Ice-O-Matic, garantía de 3 años en piezas y labor y 5 años en compresor	55		
Extensión eléctrica	Extensión eléctrica de 25 pies con salida para tres conectores, marca Satco	1,760		
Máquina de presión	Máquina de presión 4000 psi, marca Mi-t-m CBA-4004, garantía de 3 años en el motor, 7 años en la bomba; frame garantía de por vida	660		



DEPARTAMENTO DE

EDUCACIÓN

GOBIERNO DE PUERTO RICO
AUTORIDAD ESCOLAR DE ALIMENTOS

11 de agosto de 2025

A todos los empleados de la Autoridad Escolar de Alimentos del Departamento de Educación

[Enlace firmado](#)

Franchesca Reyes Benítez
Directora Interina

IMPLEMENTACIÓN DE LA PRIMERA FASE DE DISTRIBUCIÓN DE AGUA EN EMPAQUES DE CARTÓN PARA ENFRENTAR LA OLA DE CALOR EN LAS ESCUELAS

Con el objetivo de enfrentar de manera eficaz la ola de calor que estamos experimentando en Puerto Rico y asegurar que todos los estudiantes se mantengan bien hidratados, nos complace anunciar la primera fase del año escolar 2025-2026 de una iniciativa que beneficiará a todas las escuelas del Departamento de Educación.

A partir del próximo martes, 12 de agosto de 2025, se comenzará a distribuir agua en empaques de cartón a todas las escuelas participantes del Programa de Desayuno y Almuerzo Escolar. Esta decisión se toma con el propósito de promocionar los servicios de alimentos que ofrece la Autoridad Escolar de Alimentos, provocando un aumento en la participación al comedor escolar. A su vez, garantizar la adecuada hidratación de los estudiantes, así como proporcionar una solución inmediata a las condiciones climáticas extremas que afectan a nuestras comunidades escolares.

El agua será entregada en **cada comedor escolar** en empaques de cartón, diseñados para ser respetuosos con el medio ambiente y completamente reciclables. Cada empaque de cartón incluirá un código QR impreso que

dirigirá a los estudiantes a información relevante sobre los servicios y recursos que ofrece la Autoridad Escolar de Alimentos, así como a la ola de calor. Este empaque debe ser distribuido durante los servicios de alimentos que se ofrecen en los comedores escolares.

Estamos seguros de que esta medida contribuirá significativamente al bienestar de nuestros estudiantes durante estos días calurosos.

Agradecemos su colaboración y compromiso en la implementación de esta iniciativa.



In accordance with federal civil rights law and USDA civil rights regulations and policies, the USDA, its agencies, offices, employees, and institutions participating in or administering USDA programs are prohibited from discriminating based on race, color, national origin, religion, sex, disability, age, marital status, family/parental status, income derived from a public assistance program, political beliefs, or reprisal or retaliation for prior civil rights activity, in any program or activity conducted or funded by USDA (not all bases apply to all programs). Remedies and complaint filing deadlines vary by program or incident.

Persons with disabilities who require alternative means of communication for program information (e.g., Braille, large print, audiotope, American Sign Language, etc.) should contact the state or local agency that administers the program or contact USDA through the Telecommunications Relay Service at 711 (voice and TTY).

Additionally, program information may be made available in languages other than English.

To file a program discrimination complaint, complete the USDA Program Discrimination Complaint Form, AD-3027, found online at [How to File a Program Discrimination Complaint](#) and at any USDA office or write a letter addressed to USDA and provide in the letter all of the information requested in the form. To request a copy of the complaint form, call (866) 632-9992. Submit your completed form or letter to USDA by:

1. Mail: U.S. Department of Agriculture, Office of the Assistant Secretary for Civil Rights, 1400 Independence Avenue, SW, Mail Stop 9410, Washington, D.C. 20250-9410;
2. Fax: (202) 690-7442; or
3. Email: program.intake@usda.gov.

USDA is an equal opportunity provider, employer, and lender.

CALOR EXTREMO



Agotamiento por calor



¿Qué es y qué lo causa?

El agotamiento por calor es una afección que se produce cuando el cuerpo se sobrecalienta. Este es causado por una pérdida excesiva de sales (electrolitos) y de líquidos debida al calor; esto da lugar a una disminución del volumen de sangre. Si no se trata de inmediato, el agotamiento por calor puede llevar a un golpe de calor, afección que pone en riesgo la vida.



¿Cómo prevenirlo?

- ▶ Usar ropa liviana, holgada y de colores claros en telas que faciliten la circulación de aire.
- ▶ Evitar la exposición a la luz solar directa, por lo que se debe aprovechar la sombra disponible o utilizar una sombrilla, gorra o sombrero.
- ▶ Obviar el ejercicio extenuante durante las horas más calurosas y húmedas del día.
- ▶ Beber suficiente líquido para refrescar tu piel y mantenerla.
- ▶ Beber suficiente líquido para refrescarte.
- ▶ Utilizar compresas o atomizador de agua para mantenerse fresco.
- ▶ Seguir las recomendaciones médicas para mantenerse seguro ante el calor si tiene alguna condición crónica de salud o si toma algún medicamento que afectar la capacidad del cuerpo para mantenerse hidratado y responder al calor.

¿Cuáles son los síntomas?



- ▶ Sudor abundante
- ▶ Piel fría, pálida, húmeda y pegajosa
- ▶ Pulso rápido y débil
- ▶ Sed extrema
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Desmayo
- ▶ Visión borrosa
- ▶ Desorientación leve
- ▶ Náuseas o vómitos
- ▶ Calambres musculares
- ▶ Cansancio o debilidad
- ▶ Mareos

¿Cómo tratarlo?

- ▶ Vaya a un sitio fresco con acondicionador de aire, si no es posible, encuentra un lugar a la sombra o siéntate frente a un ventilador.
- ▶ Quítate la ropa innecesaria, y asegúrate de que la ropa sea liviana y no ajustada.
- ▶ Rocíese agua fresca en el cuerpo, aplíquese paños húmedos (cuello, espalda, axilas) o dese un baño con agua fría.
- ▶ Tome sorbos de agua o bebidas deportivas frías.
- ▶ Busque atención médica de inmediato si sus síntomas empeoran o duran más de 1 hora.



CALOR EXTREMO

Calambres por calor



¿Qué es y qué lo causa?

Los calambres por calor son espasmos musculares involuntarios y dolorosos que suelen ocurrir durante o después el ejercicio intenso en ambientes calurosos. Estos ocurren debido a que la sudoración hace que el cuerpo pierda agua, sal y otros minerales (electrolitos). Los músculos que se ven afectados con mayor frecuencia son los de las pantorrillas, los brazos, la pared abdominal y la espalda, aunque los calambres por calor pueden afectar a cualquier grupo muscular que se utilice al ejercitar.



¿Cuáles son los síntomas?

- ▶ Sudoración intensa abundante durante ejercicios físicos intensos
- ▶ Fatiga
- ▶ Sed
- ▶ Dolor, contracciones o espasmos súbitos en los músculos



¿Cómo tratarlo?

- ▶ Suspenda todo tipo de actividad física y vaya a un lugar fresco para descansar.
- ▶ Beba agua o una bebida deportiva.
- ▶ Practica estiramientos suaves de flexibilidad articular y masajéate suavemente el grupo muscular afectado.
- ▶ No reanude la actividad intensa durante varias horas o más después de que desaparezcan los calambres por calor.
- ▶ Busque atención médica de inmediato si:
 - los calambres duran más de 1 hora.
 - usted sigue una dieta baja en sodio.
 - usted tiene problemas cardíacos.



¿Cómo prevenirlo?

- ▶ Beber agua o bebidas deportivas antes, durante y después del ejercicio intenso.
- ▶ Estirar los músculos, especialmente antes de hacer ejercicio o actividad física intensa.
- ▶ Evitar la exposición a la luz solar directa, por lo que se debe aprovechar la sombra disponible para hacer ejercicio o actividad física intensa.
- ▶ Obviar el ejercicio extenuante durante las horas más calurosas y húmedas del día.
- ▶ Siga las recomendaciones médicas para mantenerse seguro ante el calor si tiene alguna condición crónica de salud o si toma algún medicamento que afectar la capacidad del cuerpo para mantenerse hidratado y responder al calor.





CALOR EXTREMO

Golpe de calor



¿Qué es y qué lo causa?

El golpe de calor es el incremento de la temperatura corporal por encima de los 104 °F (40 °C) o más durante un tiempo prolongado. Este es una emergencia médica causada por una elevación excesiva de su temperatura corporal. Si usted no se enfría lo bastante rápido, puede morir o sufrir daño cerebral u orgánico.



¿Cuáles son los síntomas?

- ▶ Alta temperatura corporal [104 °F (40 °C) o más]
- ▶ Náuseas y vómitos
- ▶ Piel caliente, enrojecida, seca o húmeda
- ▶ Confusión
- ▶ Pulso acelerado y fuerte
- ▶ Convulsiones
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Pérdida del conocimiento (desmayo)
- ▶ Mareos



¿Cómo prevenirlo?



- ▶ Usar ropa liviana, holgada y de colores claros en telas que faciliten la circulación de aire.
- ▶ Evitar la exposición a la luz solar directa, por lo que se debe aprovechar la sombra disponible o utilizar una sombrilla, gorra o sombrero.
- ▶ Utilizar un protector solar de factor 30 como mínimo, para bebés y niños, se recomienda un factor superior.
- ▶ Obviar el ejercicio extenuante durante las horas más calurosas y húmedas del día.
- ▶ Beber suficiente líquido para refrescarse.
- ▶ Utilizar compresas o atomizador de agua para mantenerse fresco.
- ▶ Seguir las recomendaciones médicas para mantenerse seguro ante el calor si tiene alguna condición crónica de salud o si toma algún medicamento que afectar la capacidad del cuerpo para mantenerse hidratado y responder al calor.



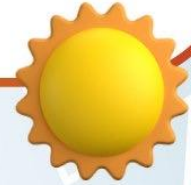
¿Cómo tratarlo?

- ▶ Llame al 911 de inmediato, el golpe de calor es una emergencia médica.
- ▶ Lleve a la persona a un sitio más fresco.
- ▶ Ayude a bajar la temperatura de la persona con paños fríos o dándole un baño con agua fría.
- ▶ No le dé a la persona nada para beber.



CALOR EXTREMO

Quemadura solar



¿Qué es y qué lo causa?

La quemadura solar es el enrojecimiento e inflamación de la piel o los ojos que ocurre por demasiada exposición al sol o a otra luz ultravioleta (UV). Generalmente aparece algunas horas después de haber estado expuesto al sol demasiado tiempo. Es importante recordar que el sol puede provocar quemaduras incluso si hace frío o está nublado.

¿Cuáles son los síntomas?



- ▶ Los síntomas de la quemadura solar normalmente son temporales. Sin embargo, el daño a las células de la piel con frecuencia es permanente y serio. Los efectos a largo plazo incluyen cáncer de piel y envejecimiento prematuro de la piel. Los síntomas de una quemadura solar son:
 - ▶ Piel inflamada, que se ve rosada o roja en pieles blancas y que puede ser más difícil de ver en pieles morenas o negras
 - ▶ Piel que se siente cálida o caliente al tacto
 - ▶ Hinchazón, dolor, sensibilidad y picazón
 - ▶ Ampollas pequeñas y llenas de líquido que pueden romperse
 - ▶ Dolor en los ojos o sensación como si tuvieran arenilla
 - ▶ Dolor de cabeza, fiebre, náuseas y fatiga, si la quemadura por el sol es grave





CALOR EXTREMO

Quemadura solar



¿Cómo prevenirlo?



- ▶ Evitar la exposición a la luz solar directa, por lo que se debe aprovechar la sombra disponible o utilizar una sombrilla, gorra o sombrero.
- ▶ Utilizar un protector solar de factor 30 como mínimo y aplique una cantidad abundante para cubrir por completo la piel expuesta. Luego, aplíquelo cada 2 horas o con la frecuencia que indique la etiqueta.
- ▶ Utilice un protector labial que proteja del sol.
- ▶ Utilice un sombrero de ala ancha y otras prendas que lo protejan. La ropa de colores claros es más eficiente para reflejar el sol.
- ▶ Aléjese del sol durante las horas en las que los rayos solares son más intensos, entre las 10:00 a. m. y las 4:00 p. m.
- ▶ Utilice gafas de sol con protección de rayos UV.



¿Cómo tratarlo?

- ▶ Tome un baño o una ducha fría o coloque toallas húmedas y frescas sobre la quemadura.
- ▶ Beba un analgésico de venta libre lo antes posible después de haber estado expuesto al sol demasiado tiempo para aliviar el dolor de la quemadura.
- ▶ Aplica una crema hidratante, una loción o un gel de efecto calmante como de aloe vera o calamina.
- ▶ NO toque las ampollas. Pero si se rompen, limpie delicadamente con un jabón suave y agua. Luego, aplica un ungüento antibiótico a la herida y cúbreala con una venda antiadherente.
- ▶ Use ropa holgada y de algodón mientras se recupera de la quemadura solar.
- ▶ No te expongas al sol o toma otras medidas de protección solar, mientras se te curan las quemaduras por el sol.
- ▶ Cuando la quemadura de sol es en los ojos, aplique una toalla limpia humedecida con agua fresca del grifo.
 - ▶ No te frotes los ojos ni use lentes de contacto hasta que los síntomas oculares hayan desaparecido.
- ▶ Busque atención médica inmediata si sufres quemaduras por el sol y tienes lo siguiente síntomas: fiebre (103 oF o 39.4 oC) con vómitos, confusión e infección en la zona de la quemadura por el sol.



CALOR EXTREMO

Sarpullido por calor

¿Qué es y qué lo causa?

El sarpullido por calor se manifiesta como grupos de pequeñas ampollas rojas que parecen granitos en la piel. Este se debe a la obstrucción de las glándulas sudoríparas. Esto ocurre en las siguientes circunstancias:

- exposición al sol o al calor en exceso,
- estar demasiado abrigado (con demasiadas capas de ropa) o ropa calurosa o que no ayuda a la transpiración, y
- hacer actividad física o ejercicios intensos



¿Cuáles son los síntomas?

- ▶ Enrojecimiento de ciertas zonas de la piel, tales como: el cuello, el pecho, la espalda, los muslos, la ingle o en los pliegues de los codos
- ▶ Aparición de hinchazón en la piel que se manifiesta en pequeños bultos
- ▶ Picor de leve a intenso en el área afectada



¿Cómo tratarlo?

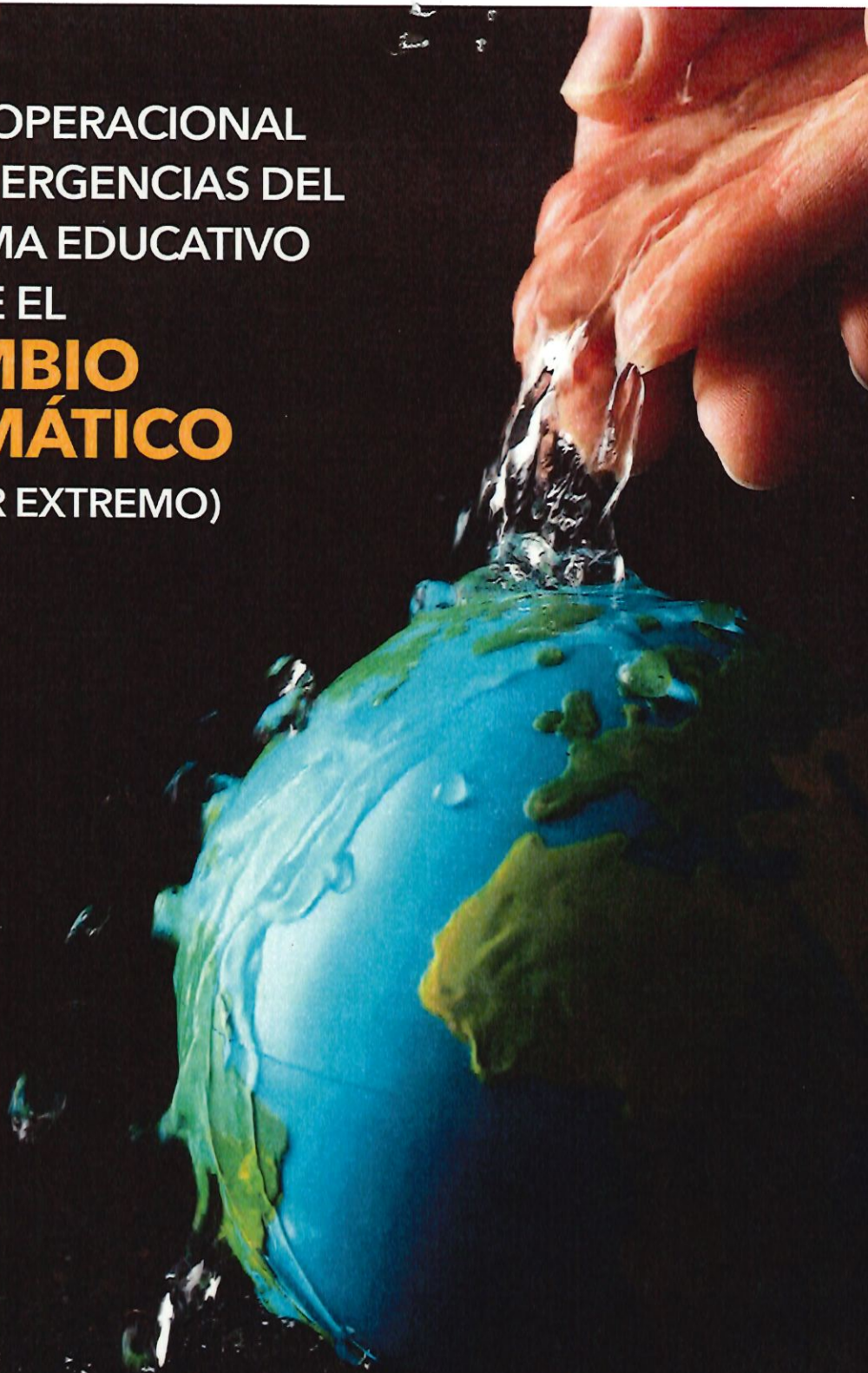
- ▶ En la mayoría de los casos de sarpullido por calor, no se necesita tratamiento. Este, por lo general, desaparece por sí solo luego de 2 o 3 días. Para tratarlo, observe los siguientes consejos:
 - ▶ No rascar el área afectada.
 - ▶ Permanecer en lugares frescos y secos.
 - ▶ Use compresas de agua fría colocadas con suavidad, sin rascar o frotar.
 - ▶ Mantenga el sarpullido seco.
 - ▶ Use:
 - talco (como talco para bebés) para calmar el sarpullido.
 - una pomada regeneradora para piel irritada.



¿Cómo prevenirlo?

- ▶ Evitar la exposición a la luz solar directa, por lo que se debe aprovechar la sombra disponible o utilizar una sombrilla, gorra o sombrero.
- ▶ Utilizar un protector solar de factor 30 como mínimo, para bebés y niños, se recomienda un factor superior.
- ▶ Obviar el ejercicio extenuante durante las horas más calurosas y húmedas del día.
- ▶ Beber suficiente líquido para refrescar tu piel y mantenerla.
- ▶ Utilizar compresas o atomizador de agua para mantenerse fresco.

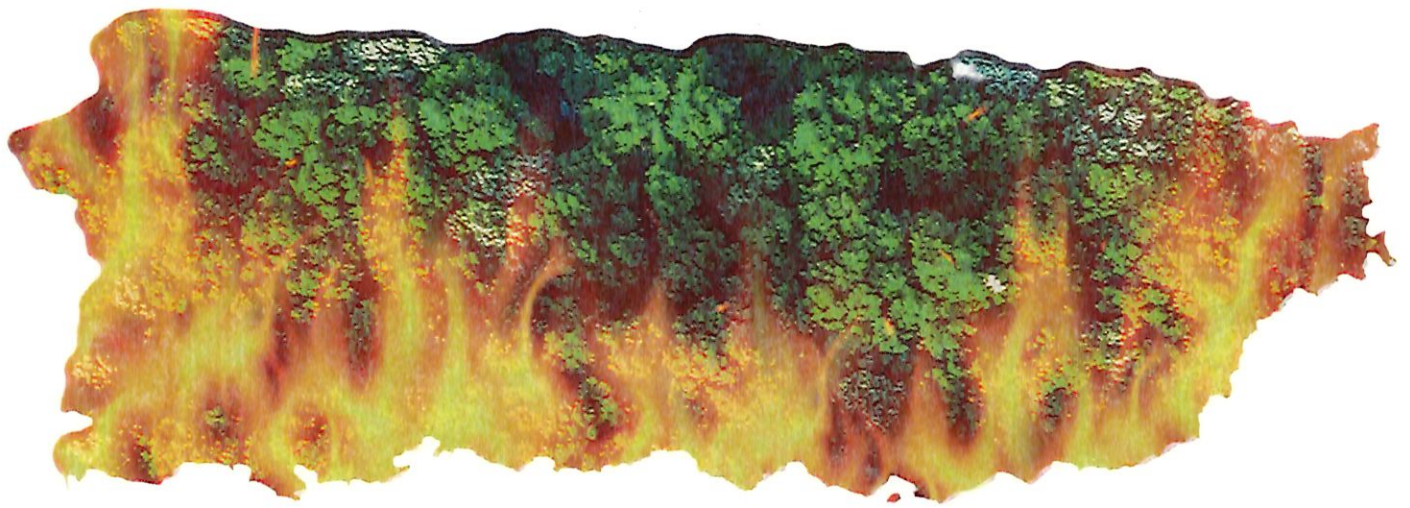
PLAN OPERACIONAL
DE EMERGENCIAS DEL
SISTEMA EDUCATIVO
SOBRE EL
**CAMBIO
CLIMÁTICO**
(CALOR EXTREMO)



 **DE SEGURIDAD**

DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN





En Puerto Rico, se experimenta un ambiente tropical, húmedo y caliente con temperaturas máximas que fluctúan cerca de los 90° F. Sin embargo, se han observado cambios en estos patrones. De acuerdo con la NOAA, la temperatura promedio en Puerto Rico ha aumentado por 1.5° F desde el 1950. Las proyecciones para las temperaturas a fin de siglo muestran incrementos de hasta 9° F. Por lo tanto, resulta importante establecer procesos para asegurar la salud y seguridad de la comunidad escolar.

El Departamento de Educación (DEPR), en su compromiso con la seguridad y el manejo de situaciones de emergencia, desarrolló el anejo «Cambio climático: calor extremo» para que forme parte del plan operacional de emergencias de cada escuela. Cada director de escuela deberá adaptar el documento a las particularidades del plantel y tendrá la responsabilidad de discutirlo con todo el personal escolar.

MEDIDAS DE CUIDADO ANTE EL AUMENTO EN TEMPERATURA CLIMÁTICA

En vista de la vulnerabilidad de Puerto Rico a los cambios climáticos, resulta importante observar las siguientes medidas ante un escenario de calor extremo en las escuelas.

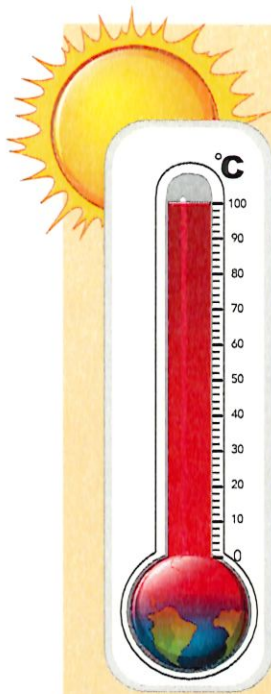
MEDIDAS GENERALES:

- 1.** Tomar más agua que de costumbre y no esperar a tener sed para beber más. Se recomienda que, como mínimo, en cada periodo de cambio de clase los estudiantes puedan tener la oportunidad de tomar agua y de rellenar sus botellas en las fuentes de agua. Cada estudiante debe contar con una botella de agua en todo momento para garantizar que puedan tomar agua en cualquier momento.
- 2.** Se debe evitar tomar bebidas con mucha azúcar.
- 3.** Se debe permanecer en lugares que tengan ventilación o en lugares con acondicionadores de aire, tanto como sea posible. De no haber aire acondicionado disponible, abra las puertas y ventanas para que circule el aire, y utilice ventiladores.
- 4.** Se debe fomentar en los estudiantes el uso de bloqueador solar con factor de protección (SPF) 15 o más alto, 30 minutos antes

de salir al aire libre. Se recomienda utilizar un bloqueador solar que diga "amplio espectro" o "protección contra UVA/UVB" en la etiqueta, ya que son los más eficaces.

5. Se debe moderar el ritmo de las actividades en el exterior.

6. Se deben considerar las recomendaciones médicas provistas por los profesionales de la salud que atienden a los estudiantes con condiciones médicas.



CAMBIO CLIMÁTICO: CALOR EXTREMO

En Puerto Rico, se experimenta un ambiente tropical, húmedo y caliente con temperaturas máximas que fluctúan cerca de los 90° F. Sin embargo, se han observado cambios en estos patrones. De acuerdo con la NOAA, la temperatura promedio en Puerto Rico ha aumentado por 1.5° F desde el 1950. Las proyecciones para las temperaturas a fin de siglo muestran incrementos de hasta 9° F. Por lo tanto, resulta importante establecer procesos para asegurar la salud y seguridad de la comunidad escolar.



CONSIDERACIONES EN EL ASPECTO ACADÉMICO

1. El maestro debe considerar las condiciones del tiempo para desarrollar las actividades al exterior. Durante los días de mayor temperatura y humedad se recomienda moderar el ritmo de las actividades al exterior. De haber vigente un comunicado de calor por parte del Servicio Nacional de Meteorología, se recomienda posponer cualquier actividad coordinada para llevarse a cabo en el exterior, siempre que sea posible.
2. Se debe aumentar los espacios para que el estudiante se hidrate y reponga los líquidos y minerales que pierde en las actividades académicas.
3. Se debe fomentar en los estudiantes el uso de bloqueador solar con factor de protección (SPF) 15 o más alto, 30 minutos antes de salir. Se recomienda utilizar un bloqueador solar que diga "amplio espectro" o "protección contra UVA/UVB" en la etiqueta, ya que son los más eficaces. Se debe aplicar nuevamente el filtro solar según las indicaciones del envase.
4. Se deben moderar el ritmo de las actividades en el exterior, ya sean curriculares o extracurriculares.
5. Refiérase al artículo V del «Reglamento General de Estudiantes y Asistencia Obligatoria del Departamento de Educación de Puerto Rico» para las normas sobre el uniforme escolar.

SIGNOS DE ADVERTENCIA DE ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR

El calor extremo puede ser más peligroso para los niños pequeños, personas mayores y aquellas que están enfermas. Normalmente, el cuerpo produce el sudor para enfriarse, pero en ciertas ocasiones no es suficiente y la temperatura del cuerpo puede aumentar rápidamente. Es importante mantenerse atento a los signos de las enfermedades relacionadas con el calor:

1. Sed
2. Calambres, debilidad
3. Náuseas
4. Dolor de cabeza, mareos o confusión

PLAN OPERACIONAL PARA EMERGENCIAS DEL SISTEMA EDUCATIVO

5. Piel caliente, seca, sarpullidos o mucho sudor
6. Irritabilidad
7. Pérdida de conocimiento
8. Temperatura del cuerpo por encima de los 99°F.

EN EL CASO DE EXPERIMENTAR CUALQUIERA DE LOS SIGNOS O SÍNTOMAS,

1. El estudiante tiene que notificar inmediatamente a un adulto, éste puede ser un maestro, o al enfermero escolar de estar disponible.
2. El maestro deberá notificar al enfermero escolar y al director de la escuela en caso de emergencia.
3. Se deben llevar a cabo las siguientes acciones mientras llega la ayuda del personal de emergencias:
 - a. Llevar a la persona a un área sombreada.
 - b. Ayudar a bajar la temperatura de la persona, puede utilizar paños húmedos o abanicar vigorosamente.
 - c. Notificar a los padres o encargados, o al contacto de emergencia en el caso del personal escolar.
 - d. Si el personal médico de emergencias se demora, llame a la sala de emergencias del hospital y pida instrucciones adicionales.
4. Si algún miembro de la comunidad escolar presenta pérdida de conocimiento llame al 9-1-1 inmediatamente. No intente darle nada para beber.
5. Notificar al padre, la madre, al tutor o al encargado del niño lo ocurrido.

DEFINICIONES:

1. CALOR EXTREMO - temperaturas que son mucho más altas o húmedas que el promedio. Debido a que algunos lugares son mucho más cálidos que otros, esta definición depende de lo que se considere promedio en un lugar y un momento del año determinado.

2. ENFERMEDADES RELACIONADAS CON EL CALOR - estas incluyen golpe de calor, agotamiento por calor, calambres por calor, quemaduras solares y el sarpullido por calor. Se refiere a aquellas que ocurren cuando el cuerpo no puede enfriarse por sí solo adecuadamente.



SALVEMOS NUESTRO PLANETA TIERRA



DEPARTAMENTO DE
EDUCACIÓN



REFERENCIAS

«Calor excesivo: cómo evitar el golpe de calor en niños.» 2 de septiembre de 2023. American Academy of Pediatrics Council on Children and Disasters. Dele Davies, MD, MS, MHCM, FAAP
«Guía de Salud Pública en Emergencias y Desastres 2023». Departamento de Salud de Puerto Rico.
«Información acerca del calor extremo.» Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
Información acerca del calor extremo | Desastres naturales y tiempo severo | CDC
«National Weather Safety Tips». Servicio Nacional de Meteorología. Safety (weather.gov)
«Reglamento General de Estudiantes y Asistencia Obligatoria del Departamento de Educación de Puerto Rico» número 9243, 17 de diciembre de 2020.
U.S. Climate Resilience Toolkit. National Oceanic and Atmospheric Administration (NOAA). Octubre 2022.
Caribe Estadounidense | U.S. Climate Resilience Toolkit