

Huaraz, 09 de julio de 2025

OFICIO MULTIPLE N° 0226 - 2025-ME /GRA /DREA / UGEL-Hz-AGP-PREVAED-D.

Señor (a) :
DIRECTOR (A) DE INSTITUCIONES EDUCATIVAS PUBLICAS Y PRIVADAS DE EDUCACIÓN DE LA JURISDICCIÓN DE LA UGEL HUARAZ.

Presente.-

ASUNTO : Medidas preventivas y acciones ante la temporada de heladas

**REF. : R.M. N° 556-2024-MINEDU
D.S. N° 009-2025-PCM
Plan de Prevención y Reducción del Riesgo de Desastres
UGEL Huaraz
Plan de Contingencia de Heladas UGEL Huaraz**

Es grato dirigirme a ustedes, para expresarles un cordial saludo y, a la vez, emitir recomendaciones preventivas y de respuesta frente a las heladas en el marco de la gestión del riesgo de desastres y la salvaguarda de la salud e integridad de nuestros estudiantes, docentes y personal administrativo.

Así mismo que ante el incremento de heladas en nuestra jurisdicción, según reporte del SENAMHI es necesario adoptar medidas urgentes se exhorta a las II.EE. a implementar de manera inmediata acciones de prevención, respuesta para la continuidad del servicio educativo, implementado las acciones de contingencia del escenario de heladas consideradas en el plan de gestión del riesgo de desastres de la IE a su cargo. Adjunto las recomendaciones que serán implementadas en las IIEE públicas y privadas.

Hago propicia la oportunidad para expresarle las muestras de mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Dr. Daniel Angel Almeida Medina
DIRECTOR
Unidad de Gestión Educativa Local Huaraz

RECOMENDACIONES ANTE EL ESCENARIO DE HELADAS

Desarrollo de Capacidades Básicas relacionados a las heladas.

LAS HELADAS: es el fenómeno atmosférico que ocurre cuando la temperatura del aire desciende por debajo de cero grados, se presenta en la madrugada o al salir el sol, sobre todo cuando el sol ha sido radiante y el cielo ha estado despejado y sin nubes.

BAJAS TEMPERATURAS: generalmente es considerado frío en el ambiente (en la mayoría de las ciudades con clima templado) a temperaturas menores de 10 °C, y fresco por alrededor de los 15 °C. La sensación de frío se incrementa si hay viento. Si hay bastante humedad respecto a la temperatura, se puede ver el vapor de agua en nuestra exhalación

DAÑOS QUE CAUSAN EN LA SALUD:

- Trae como consecuencia infecciones respiratorias agudas, especialmente en niños y ancianos y la pérdida de cultivos y de animales.
- Las heladas en nuestra región tienen las siguientes características:
- Duración prolongada (mayo a setiembre).
- Descenso brusco de temperatura.

RESPONSABILIDAD EN LAS II.EE. LOS DIRECTORES Y DOCENTES:

- ❖ Cuidar y proteger a los niños (as), tanto por la fuerte incidencia de infecciones respiratorias agudas, particularmente neumonía como por las consecuencias que acarrea sobre el desarrollo del año escolar (ausencia, deserción, problemas económicos por la muerte de sus animales).
- ❖ Evitar la exposición de los (as) estudiantes a corrientes de aire y de frío y coordinar para que esa prioridad suspenda cualquier otra como el uso obligatorio del uniforme escolar cuando pueden asistir con ropa abrigada, o las formaciones en el patio.
- ❖ Promover el consumo de loncheras con productos de nuestra localidad alimentos energéticos (por ejemplo, quinua, avena, maca caliente), frutas y la ingestión de líquidos y mates tibios o calientes (hierbas aromáticas como la manzanilla, muña, eucalipto), así como mantener a los (as) niños (as) en actividades físicas con dinámicas lúdicas dentro de la I.E.
- ❖ Ventilar el aula cuando termine su uso, al inicio de la preparación verificar las condiciones de las ventanas y paredes para realizar acciones que impidan el ingreso de aire y frío. Mantener la consigna de lavarse con agua tibia, ya que la salvaguarda de los virus de la gripe.
- ❖ Recordar construir un falso techo de madera o cartón con yeso, sobre el cual se colocan láminas de Tecnopor que convenga el calor aislando el aula o sala del ambiente frío.



- ❖ Flexibilizar el horario de ingreso y salida de la I.E. adaptado a las circunstancias de la emergencia, debiéndose garantizar el cumplimiento de las horas efectivas de clases, de ocurrir ello deberá de informar a la instancia superior correspondiente, mantenerse informados sobre los cambios climatológicas diarios a través de los medios de comunicación para actuar conforme a ello.

RESPONSABILIDADES DE LOS PADRES DE FAMILIA:

- ❖ Usar plantas medicinales y recursos de la región para atender los casos identificados, si persisten los síntomas acudir al Centro de Salud más cercano a su localidad.
- ❖ Cuidar y proteger a los niños por la fuerte incidencia de infecciones respiratorias agudas, particularmente la neumonía.
- ❖ Contar en forma permanente con medicamentoso acudir a los centros de salud más cercanos.
- ❖ Almacenar alimentos no perecibles, agua hervida en botellas, recolectar leña, estiércol u otros materiales que sirvan como combustible ya sea para cocinar o para generar calor en las noches.
- ❖ Apoyar en la protección de los biohuertos, crianza de animales menores y proyectos de educación ambiental mediante diversos medios que estén al alcance de la comunidad.

RECOMENDACIONES PARA LOS ESTUDIANTES:

- ❖ Recordar que en caso de heladas o bajas temperaturas se debe cuidar la salud protegiéndose del frío.
- ❖ Al salir fuera del hogar, deben abrigarse todo el cuerpo con ropa gruesa como abrigos, casacas, guantes y gorros, doble par de medias para los pies y calzado adecuado.
- ❖ Mientras permanezcan en la escuela deberán utilizar un tiempo para realizar movimientos para combatir el frío, realizar actividades y ejercicios físicos, mediante movimientos de brazos y piernas (correr, saltar en cuclillas, a la rana, tirar sogas, saltar sogas, etc.) pero sin llegar a sudar, así se mantendrá la temperatura adecuada.
- ❖ Si presentan síntomas de gripe o están enfermos (a) s, quedarse en casa, reposar, alimentarse bien y tomar abundante líquido tibio o caliente, hay que seguir las instrucciones y tratamientos médicos completos.
- ❖ Hidratarse periódicamente con agua tibia o caliente, así mismo lavarse la cara y las manos o bañarse con agua tibia o caliente, evitando salir húmedos al exterior.
- ❖ Estrategias pedagógicas que se deben tener en cuenta para la educación preventiva ante la presencia de las heladas o bajas temperaturas.
- ❖ Se pueden emplear las siguientes estrategias:
- ❖ Acondicionar el aula de manera pertinente.

- ❖ Propiciar a través del juego actividades que permitan mantener la temperatura ideal en los estudiantes.
- ❖ Talleres de intervención en el aula sobre enfermedades prevalentes.
- ❖ Charlas a los estudiantes apoyados por especialistas del Ministerio de Salud y sus instancias descentralizadas, facultades de enfermería, etc.
- ❖ Programa mensual de sesiones demostrativas en las que se inserte acciones de prevención frente a heladas y bajas temperaturas.
- ❖ Exposiciones y debates.
- ❖ Trabajos de investigación.
- ❖ Desarrollo de concursos, expresión de periódicos murales relacionados a la prevención frente a las heladas y bajas temperaturas.
- ❖ Campañas de acondicionamiento de aulas de la institución educativa con participación de padres de familia y estudiantes debidamente organizada.
- ❖ Promover actividades de animación sociocultural (teatro, pasacalles títeres etc.) y elaboración de material educativo, fomentando la participación estudiantil a través de la entrega de estímulos.
- ❖ Desarrollar actividades de motivación relacionados con las enfermedades producto de las heladas o bajas temperaturas en la institución educativa, con el fin de promover acciones y/o tareas de extensión a la familia (elaboración de materiales informativos sobre el lavado de manos u otras medidas preventivas).

COMPLEMENTARIAS:

PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES:

Constituyen acciones permanentes entre los estudiantes, personal docente, madres y padres de familia los siguientes hábitos.

- Cubrir la boca al toser y estornudar con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del brazo.
- Utilizar mascarillas si tienen síntomas de gripe.
- Introducir la mascarilla o el pañuelo desechable dentro de una bolsita plástica, echarla a la basura y lavarse las manos.
- No escupir en el suelo
- Lavarse frecuentemente las manos con agua corriente y jabón, antes de ingerir los alimentos, después de ir al baño y antes de ingresar al aula o centro de cómputo.
- No compartir vasos, platos, cubiertos o tapers ni utensilios de limpieza personal como cepillo de dientes o toallas.
- Comer frutas y verduras ricas en vitamina A y C (zanahoria, papaya, guayaba, naranja, mandarina, lima, limón, piña, etc.)
- Consumir suplementos de vitamina C y D.
- No compartir alimentos que se estén consumiendo.

