

# **INDICACIONES DE ACTUACIONES**

**A SEGUIR ANTE UNA**

**EMERGENCIA**

**I.E.S.LA MARISMA**

## **INDICE**

**1.- EVACUACIÓN Y CONFINAMIENTO.**

**2.- INSTRUCCIONES PARA LA REALIZACIÓN DE SIMULACRO.**

**3.- PLAN DE ACTUACIÓN PARA UN ACCIDENTE INDIVIDUAL.**

**4.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE INUNDACIONES.**

**5.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE RIESGO SÍSMICO**

**6.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE RIESGO METEOROLOGICO.**

**7.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE MERCANCIAS PELIGROSAS.**

**8.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE RIESGOS DE GRANDES CONCENTRACIONES.**

**9.- PLAN DE ACTUACIÓN POR CONTAMINACIÓN.**

**11.- PLAN DE ACTUACIÓN POR RIESGO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS.**

**12.- PLAN DE ACTUACIÓN ANTE AMENAZA DE BOMBA.**

**13.- INDICACIONES DE ACTUACIONES A SEGUIR EN LOS CENTROS EDUCATIVOS ANTE ENFERMEDADES ESPECÍFICAS.**

**14.- SEÑALIZACIONES.**

**15.- MATERIAL DIDÁCTICO.**

## **1. EVACUACIÓN**

### **¿CUANDO SE DEBE EVACUAR EL CENTRO?.**

Para evacuar el centro tiene que haber un riesgo que provenga del interior del mismo:

- Incendio
- Explosión
- Amenaza de bomba
- Fuga de gas
- Otros

## **CONFINAMIENTO.**

Confinarse significa encerrarse en un lugar seguro en el interior del centro, cuando hay riesgos que proceden del exterior del centro, como:

- Inundaciones
- Tempestad
- Accidente químico
- Incendio forestal

## **2. SIMULACROS.**

### **Instrucciones al alumnado**

#### **En caso de Evacuación:**

- El alumnado dejará de hacer la tarea que les ocupaba y se centrará en la nueva situación de emergencia.
- Actuarán siempre de acuerdo con las indicaciones de su profesor o profesora, y en ningún caso deberá seguir iniciativas propias.
- Aquellos alumnos o alumnas que tengan encomendada unas funciones concretas por su profesor o profesora, se responsabilizarán de cumplirlas (cerrar ventanas, cerrar la puerta del aula, comprobar que no queda nadie, etc.) y de colaborar con el profesorado en mantener el orden.

- Los alumnos y alumnas no recogerán sus objetos personales, con el fin de evitar demoras.
- El alumnado, que al sonar la señal de alarma se encuentre fuera del aula a la que pertenezca, en los aseos o en otros locales anexos, deberán incorporarse al grupo más cercano, según su localización, en el momento de la emisión de la señal de alarma, y en el exterior buscarán a su grupo y se incorporan al mismo comunicándoselo a su profesor.
- Todos los movimientos deberán realizarse de prisa, pero sin correr, sin atropellar, ni empujar a los demás.
- Ningún alumno ni alumna deberá detenerse junto a las puertas de salida.
- El alumnado deberá realizar este ejercicio en silencio y con sentido del orden y ayuda mutua, para evitar atropellos y lesiones, ayudando a los que tengan dificultades o sufran caídas.
- Los alumnos y alumnas deberán realizar esta práctica de evacuación respetando el mobiliario y equipamiento escolar y utilizando las puertas con el sentido de giro para el que están previstas.
- En el caso de que en las vías de evacuación exista algún obstáculo que durante el ejercicio dificulte la salida, será apartado por el alumnado, si fuera posible, de forma que no provoque caídas de las personas o deterioro del objeto.
- En ningún caso ningún alumno ni alumna deberá volver atrás con el pretexto de buscar a hermanos o hermanas menores, amigos o amigas, objetos personales, etc.
- En todo caso los grupos permanecerán siempre unidos sin disgregarse ni adelantar a otros, incluso cuando se encuentren en los lugares exteriores (en las zonas de seguridad) de concentración previamente establecidos, con objeto de facilitar al profesorado el control de los alumnos y alumnas.

### **Instrucciones al alumnado En caso de Confinamiento.**

Para realizar el confinamiento hay que conocer las zonas más protegidas del Centro (punto de confinamiento) en cada caso.

- La señal de alarma será distinta de la de evacuación.
- El alumnado dejará de hacer la tarea que les ocupaba y se centrará en la nueva situación de emergencia.
- Actuarán siempre de acuerdo con las indicaciones de su profesor o profesora, y en ningún caso deberá seguir iniciativas propias.
- Aquellos alumnos o alumnas que tengan encomendada unas funciones concretas por su profesor o profesora, se responsabilizarán de cumplirlas (cerrar ventanas, cerrar la puerta del aula, comprobar que no en mantener el orden.
- Los alumnos y alumnas no recogerán sus objetos personales, con el fin de evitar demoras.
- Entrar dentro del edificio si nos encontramos fuera.
- El alumnado, que al sonar la señal de alarma se encuentre fuera del aula a la que pertenezca, en los aseos o en otros locales anexos, deberán incorporarse al aula más cercano, según su localización, en el momento de la emisión de la señal de alarma, confinarse en ella y al mismo que no queda nadie, etc.) y de colaborar con el profesorado en el espacio más resguardado del exterior (alejado de ventanas y puertas).
- En el caso de que las aulas no sean seguras, el alumnado, siguiendo las indicaciones del profesor o profesora, se desplazará en fila india hasta otra ubicación en el edificio que sea considerada segura (punto de confinamiento) que previamente haya sido indicada. Si no se encontraban en su aula, buscarán a su grupo y se incorporan comunicándoselo al profesorado.

### **3. PLAN PARA UN ACCIDENTE INDIVIDUAL.**

#### **ALERTA**

1. Ante un accidente individual, cualquier persona puede detectarlo y lo comunicará a los miembros del centro. Atiende el profesorado del aula o el personal del centro. Se asiste y se cura. Se comunica o no a la familia en función de su gravedad.

#### **INTERVENCIÓN**

2. Si la persona que atiende no controla la situación, alerta al Equipo de Primera Intervención (profesorado de guardia o personas designadas) y al Jefe o Jefa de Emergencias, o suplente en su caso. Se asiste y se cura y se comunica a los familiares.

#### **ALARMA**

3. Si es necesario, el Jefe o Jefa de Emergencias, o suplente en su caso, alerta al Equipo de primeros Auxilios (con formación en primeros auxilios) para que asista a la persona accidentada o enferma, y se avisará a la familia para que la traslade al Centro de Salud.

#### **APOYO**

4. Si es de mayor gravedad, el Jefe o Jefa de Emergencias, o suplente en su caso, avisará a la ambulancia (061), informará y recibirá a la ayuda externa (protocolo de emergencia 112) y avisará a los familiares indicándole la situación.

5. Finalmente, el Jefe o Jefa de Emergencia realizará el informe de registro en SENECA de comunicación de accidente correspondiente.

## **PLAN DE ACTUACION PARA PREVENIR EL RIESGO DE INCENDIO.**

Con vista a prevenir el riesgo de incendio en los Centros, se tendrán en cuenta las siguientes medidas preventivas:

- Respetar la prohibición de no fumar en el Centro.
- Retirada de elementos combustibles carentes de uso actual y futuro.
- Retirada de mobiliario y otros objetos combustibles situados en elementos y vías de evacuación.
- No situar libros y papeleras próximos o encima de los radiadores.
- Se prohíbe expresamente la utilización de la sala de calderas como almacén.
- No es admisible utilizar o almacenar gas en zonas de sótanos y semisótanos.
- Mantener el orden y la limpieza, por ejemplo vaciar las papeleras frecuentemente.
- Verificación de las condiciones de ventilación donde se almacenen productos que desprendan gases o vapores inflamables.
- Si se detectase olor a gas no deben utilizarse los interruptores de las zonas afectadas y si las luces están ya encendidas no deben ser apagadas, procediendo a cortar de inmediato el suministro eléctrico.
- Sustitución de elementos combustibles tales como cortinas, toldos... por otros con menor grado de combustión.
- Control y/o eliminación de posibles focos de ignición.
- Se prohíbe cualquier sistema de calefacción no autorizado.
- Los materiales inflamables deben mantenerse permanentemente alejados de focos de calor y de enchufes y conexiones eléctricas.
- Cualquier modificación de la instalación eléctrica o de combustible debe de ser realizada por instaladores autorizados.
- No sobrecargar las bases de enchufes.
- Desconectar todos los aparatos al final de la jornada.
- No utilizar aparatos eléctricos en mal estado.
- Las máquinas que se utilicen en los Centros Educativos, especialmente los que imparten FP, estarán diseñadas y fabricadas para evitar cualquier peligro de incendio, sobrecalentamiento o explosión, provocado por la propia máquina o por sustancias producidas o utilizadas por la propia máquina.

- Las zonas donde se sitúen medios de protección contra incendios de utilización manual (extintores, pulsadores...) deben mantenerse continuamente despejadas de obstáculos.
- Los extintores disponibles deberán estar correctamente señalizados para permitir su rápida localización, para su empleo.
- Un extintor manual tiene poca capacidad de extinción, por lo que solamente es adecuado para apagar pequeños conatos de incendio.
- Los ocupantes del Centro Educativo deben conocer el significado de las distintas señales y el comportamiento que debe adoptarse con respecto a las mismas.
- Las cocinas, con independencia de su superficie, deben estar ubicadas en la planta baja.
- Los laboratorios y talleres de Centros de Formación Profesional, atendiendo a la cantidad y peligrosidad de los productos utilizados, estarán clasificados como locales de riesgo especial, si así fuese procedente.
- Las salidas de emergencia que no sean de uso normal dispondrán de cierres especiales antipánico.

## **PRECOMENDACIONES EN CASO DE INCENDIO.**

Tras la detección de la emergencia y la alerta al profesorado de guardia, el equipo de primera Intervención con el Jefe o Jefa de intervención, valorará el intentar apagar el incendio (en caso de tratarse de un conato) mediante el empleo de los medios de extinción disponibles (sin exponerse). Si ello no es posible (en caso de que el fuego supere la fase de conato) se avisará de inmediato a las ayudas externas, y se evacuará la zona (Plan de Actuación ante Emergencias) teniendo en cuenta estas indicaciones:

- Procure mantener la calma.
- No se entretenga recogiendo objetos personales pues ello puede suponer una pérdida de tiempo importante.
- Proceda a cerrar puertas y ventanas para evitar el avivamiento del fuego y la propagación del humo a otras dependencias, cerciorándose antes de que no quedan más personas en la zona.
- Si se encuentra con una nube de humo salga a ras de suelo.

- Todos los ocupantes (el alumnado, profesorado y personal del Centro) se concentrarán en el punto o puntos de reunión a fin de realizar recuento y comprobar si falta alguien.
- Si se encuentra atrapado intente avisar de su situación y envolverse con ropa mojada procurando permanecer en las zonas más ventiladas.

#### **4. PLAN DE ACTUACION ANTE INUNDACIONES.**

##### **Normas generales:**

- Entrar al Centro si se está fuera.
- Cerrar puertas y ventanas.
- Confinarse en las aulas o en los espacios previamente establecidos (los más resguardados del exterior y si puede ser que no tengan ventanas).
- Si hay que trasladarse a otra zona del Centro, el alumnado se pondrá en fila india y el profesorado hará de guía, tal y como se hace en la evacuación.
- No salir del Centro hasta que lo indiquen las autoridades.

##### **Recomendaciones específicas:**

- El Jefe o Jefa de Emergencias y el Responsable del control de las comunicaciones, si es posible deben mantenerse informados por la radio u otros medios. En función de lo indicado por Protección Civil se valorará la necesidad de realizar un confinamiento o evacuación.
- Retirar del exterior del Centro (patio o recinto) aquellos objetos que pueden ser arrastrados por el agua.
- Revisar cada cierto tiempo el estado del tejado, la bajada de aguas y los desagües próximos.
- Colocar la documentación importante y los productos peligrosos en las zonas de menor riesgo de inundación.
- Tener preparadas las plantas superiores por si hay que hacer un confinamiento.

**Si llegara a inundarse el Centro: Abandonar los sótanos y planta baja, desconectar la energía eléctrica.**

## 5. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO SÍSMICO

|

### **Recomendaciones previas al terremoto:**

- Tener preparado un botiquín de primeros auxilios, linternas, radio a pilas, pilas, etc. en el centro operativo. Saber cómo se desconecta el agua, la luz y el gas.
- Fijar los muebles a las paredes y sujetar aquellos objetos que puedan dañar al caerse como cuadros, espejos, lámparas y productos tóxicos o inflamables.
- Revisar la estructura de tu centro y, sobre todo, asegurar que los aleros, revestimientos, balcones, etc. tengan una buena fijación a los elementos estructurales (plan de mantenimiento).

### **Recomendaciones durante el terremoto:**

- Mantenga la calma. La actitud y comportamiento de los adultos será interpretada por los niños y niñas.
- **Si está dentro de un edificio, quédese dentro. Si está fuera, permanezca fuera.**
- Utilice el teléfono sólo en casos extremos.
- Dentro de un edificio busque estructuras fuertes: bajo una mesa o cama, bajo el dintel de una puerta, junto a un pilar, pared maestra o en un rincón, y proteja su cabeza.
- No utilice el ascensor y nunca huya rápidamente hacia la salida.
- Fuera de un edificio aléjese de cables eléctricos, cornisas o balcones.
- No se acerque ni entre en los edificios para evitar ser alcanzado por la caída de objetos peligrosos.

### **Tsunamis:**

Se entiende por tsunami (del japonés, "tsu": puerto o bahía y "nami": ola) una ola o serie de olas que se producen en una masa de agua al ser empujada violentamente por una fuerza que se desplaza verticalmente. Las causas que lo originan son: terremotos, volcanes, meteoritos, derrumbes costeros o subterráneos e incluso explosiones de gran magnitud. De todas las causas enumeradas, la más frecuente es el terremoto.

### **Recomendaciones:**

- Tenga siempre presente que un tsunami puede penetrar por ríos, ramblas o marismas tierra adentro, por lo tanto, aléjese de éstos.
- **Si el centro está en la costa y sienten un terremoto fuerte es posible que posteriormente pueda producirse un maremoto o tsunami.**
- Si es alertado de la posibilidad de un maremoto o tsunami sitúese en una zona alta de, al menos, 30 metros sobre el nivel del mar, en terreno natural.
- Un tsunami puede tener varias olas destructivas.
- En el centro de operaciones debe haber una radio, linterna y pilas.

## **6. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO METEOROLÓGICO.**

### **Tormentas fuertes. Recomendaciones:**

- En el exterior del centro: sitúese al abrigo de los edificios para que le protejan del riesgo de descargas.
- Dentro del centro, cuide que no se produzcan corrientes de aire, cierre puertas y ventanas en caso de tormenta.
- Conviene proteger los aparatos eléctricos desconectándolos de la red para evitar que sean dañados o que ocasionen descargas eléctricas.
- Evite permanecer en los puntos altos del centro y no se refugie debajo de los árboles.
- Aléjese de las alambradas, verjas y otros objetos metálicos.
- El Jefe o Jefa de Emergencias y el Responsable del control de las comunicaciones, si es posible deben mantenerse informados por la radio u otros medios. En función de lo indicado por Protección Civil se valorará la necesidad de realizar un confinamiento o evacuación.

### **Fuertes vientos. Recomendaciones:**

- En el centro: cierre y asegure puertas, ventanas y toldos, especialmente los exteriores.
- Procure no salir del centro durante el vendaval por el peligro de desprendimiento de cornisas u otros materiales.
- Retire macetas y todos aquellos objetos que puedan caer a la calle y provocar un accidente.
- No suba a los andamios.

- Aléjese de cornisas, muros o árboles, que puedan llegar a desprenderse y toma medidas de precaución ante edificaciones en construcción o mal estado.
- No toque cables o postes del tendido eléctrico.
- Si el centro está cerca de las playas y de otros lugares bajos que puedan ser afectados por las elevadas mareas y oleajes que pueden generarse ante la intensidad del fuerte viento, actúe como en el caso de inundación.
- El Jefe o Jefa de Emergencias y el Responsable del control de las comunicaciones, deberán mantenerse informados por la radio u otros medios. En función de lo indicado por Protección Civil se valorará la necesidad de realizar un confinamiento o evacuación.

### **Olas de calor. Recomendaciones:**

- No haga esfuerzos desacostumbrados o continuados, especialmente en olas de calor extremo.
- Evite salir en esas horas desde el mediodía hasta el atardecer. Si tiene que hacerlo, protéjase la cabeza con una gorra o sombrilla, camine por la sombra, use ropa holgada y de colores claros.
- Preste especial atención a niños y niñas y profesorado con enfermedades crónicas para evitar problemas de deshidratación.
- Permanezca en los lugares más frescos del centro. Durante el día, cierre ventanas y cortinas o persianas, especialmente las de las fachadas expuestas al sol.

### **Sequía. Recomendaciones:**

- Planifique y optimice racionalmente los usos del agua en el centro.
- Conciencie al alumnado y profesorado para un uso racional de los recursos hídricos.
- Ahorre agua.
- Revise el estado de las cañerías y los grifos para evitar pérdidas.
- Cierre ligeramente las llaves de paso para disminuir el caudal de agua que sale por los grifos.

## **7. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGOS INDUSTRIALES.**

Los tipos de accidentes que se pueden producir en una industria son fugas (escapes de gases, vapores y derrames de líquidos), incendios y explosiones.

### **Recomendaciones si está en el interior del centro:**

- Cierre las ventanas y puertas exteriores, baja las persianas y aléjese de la fachada del edificio.
- Cierre la llave de paso del gas y desconecte la electricidad.
- No encienda aparatos eléctricos ni de ventilación exterior hasta que el Jefe o Jefa de Emergencia lo indique.
- El alumnado no debe salir al exterior del centro ni a sus domicilios.
- El Jefe o Jefa de Emergencias y el Responsable del control de las comunicaciones, si es posible deben mantenerse informados por la radio u otros medios. En función de lo indicado por Protección Civil se valorará la necesidad de realizar un confinamiento.

### **Recomendaciones si está en el exterior del centro:**

- Protéjase las vías respiratorias y acuda al interior del centro.
- Siga las instrucciones que te indique el Jefe o Jefa de Emergencia o el profesorado encargado.
- Evite situarse en la dirección del aire, por si hubiera algún elemento en suspensión que pudiera afectar a tu salud.

## **8. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO POR TRANSPORTE DE MERCANCIAS PELIGROSAS**

### **Recomendaciones si está en el interior del centro:**

- Cierre las ventanas y puertas exteriores, baje las persianas y aléjese de la fachada del edificio.
- Cierre la llave de paso del gas y desconecte la electricidad.
- Evite llamar por teléfono.
- No beba agua del grifo hasta que el Jefe o Jefa de Emergencia o Profesorado responsable lo indique.
- Preste atención a los posibles avisos que puedan dar los Servicios de Emergencia.

### **Recomendaciones si está en el exterior del centro:**

- Evite situarse en la dirección del aire, por si hubiera algún elemento en suspensión que pudiera afectar a su salud.

## **9. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO DE GRANDES CONCENTRACIONES.**

Las concentraciones que se realicen en el centro y no estén contempladas en el Plan de Centro se registrarán por el Decreto 195/2007 de 26 de junio de 2007, publicado en el BOJA nº 137 de 12 de julio de 2007.

Las concentraciones que se realicen en el centro y sí estén contempladas en el Plan de Centro como semanas culturales, competiciones deportivas, obras de teatro, fiestas del centro, romerías, etc., tendrán en cuenta las medidas preventivas y recomendaciones que a continuación se detallan.

### **Medidas preventivas:**

- Previsión del comportamiento de las personas.
- Información al público o usuario sobre las medidas de autoprotección o cualquier otra.

### **Recomendaciones generales:**

- No correr.
- Prestar especial atención al alumnado con necesidades educativas especiales.

## **10. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO POR CONTAMINACIÓN (NO TECNOLÓGICAS).**

Los tipos de accidentes que se pueden producir en una industria son fugas (escapes de gases, vapores y derrames de líquidos), incendios y explosiones.

### **Recomendaciones si estás en el interior del centro:**

- Cierra las ventanas y puertas exteriores, baja las persianas y aléjate de la fachada del edificio.
- Cierra la llave de paso del gas y desconecta la electricidad.

- No enciendas aparatos eléctricos ni de ventilación exterior hasta que el Jefe o Jefa de Emergencia lo indique.
- El alumnado no debe salir al exterior del centro ni a sus domicilios.
- El Jefe o Jefa de Emergencias y el Responsable del control de las comunicaciones, si es posible deben mantenerse informados por la radio u otros medios. En función de lo indicado por Protección Civil se valorará la necesidad de realizar un confinamiento.

### **Recomendaciones si estás en el exterior del centro:**

- Protégete las vías respiratorias y acude al interior del centro.
- Sigue las instrucciones que te indique el Jefe o Jefa de Emergencia o el profesorado encargado.
- Evita situarte en la dirección del aire, por si hubiera algún elemento en suspensión que pudiera afectar a tu salud.

## **11. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO POR ACTIVIDADES DEPORTIVAS.**

En caso de que hubiera un accidente en la actividad deportiva, se tratará como en un accidente escolar.

## **12. PLAN DE ACTUACION ANTE RIESGO POR AMENAZA DE BOMBA.**

Ante una amenaza de bomba, se seguirá el formulario correspondiente del Anexo II, y es imprescindible comunicarse con el TELÉFONO DE EMERGENCIA 112.

### **Recomendaciones en caso de recepción de amenaza de bomba:**

Existe poca información fiable que nos permita diferenciar entre lo que es en realidad una amenaza de bomba verdadera o una amenaza falsa. Por experiencias acumuladas, una verdadera amenaza tiende a ser más detallada que una llamada de engaño, pero esta información es puramente especulativa.

En todo caso, una vez que la amenaza de bomba ha sido recibida, debe ser evaluada inmediatamente, para ello se recogerán los datos

según el formulario del Anexo II. Este formulario debe ponerse a disposición de todo el personal encargado de la recepción de llamadas, debiendo ser instruidos específicamente en su utilización.

### **Objetivos a Alcanzar.**

- Evitar la creación del sentimiento de pánico.

### **Recomendaciones en la Recepción de la Amenaza**

- Todas las llamadas telefónicas recibidas serán consideradas seriamente, hasta que se lleve a cabo la comprobación de la veracidad de las mismas.

- La recepción de una llamada de amenaza en teléfonos independientes de la centralita o que tengan línea directa o reservada, particulariza la amenaza.

- La persona que reciba la notificación, deberá estar advertida de cómo proceder a la obtención del máximo número de datos, siguiendo las instrucciones que a continuación se describen:

1. Conserve la calma, sea cortés y escuche con atención.

2. Fíjese en su acento, entonación y frases que usa y anote literalmente todo lo que diga en la ficha 92.

3. Mantenga en la línea telefónica a la persona que llama, el mayor tiempo posible.

4. Se avisará inmediatamente a la Policía y se tomarán las decisiones oportunas según las orientaciones que indique ésta. La persona que recibió la llamada y el Jefe o Jefa de Emergencia, recibirán a la Policía y le informarán sobre todo lo que necesite.

Nunca manipular paquetes que puedan resultar sospechosos de contener un artefacto explosivo, esperar a que llegue la Policía.

## **13. INDICACIONES DE ACTUACIONES A SEGUIR EN LOS CENTROS EDUCATIVOS ANTE ENFERMEDADES ESPECÍFICAS.**

### **Epilepsia**

La epilepsia es una alteración neurológica que en la mayoría de los casos se trata de movimientos generalizados de todo el cuerpo, en forma de sacudidas, acompañados de pérdida de conciencia y

relajación de esfínteres (crisis tonicoclónicas o gran mal); pero en otras ocasiones puede tratarse de desmayos (crisis hipotónicas); o simplemente episodios de mirada fija o falta de atención, como si estuvieran soñando despiertos (crisis de ausencia o pequeño mal). ¿Qué hacer ante un ataque?

La premisa fundamental en este tipo de actuaciones es la tranquilidad.

Para prevenir heridas accidentales, se debe colocar al niño tumbado sobre una superficie blanda (p.e. una colchoneta de gimnasia) y la cabeza hacia un lado para prevenir ahogos o que trague vómitos. También se retirarán, sí es posible, las gafas y los aparatos de ortodoncia.

El niño/a no debe ser sujetado nunca durante el ataque salvo que los movimientos provoquen golpes sobre la cabeza. Déjelo tranquilo, el sacudirlo o estimularlo de cualquier otra forma no ayuda a interrumpir el episodio.

No introducir ningún objeto dentro de la boca, podría lesionar los labios, la lengua o los dientes.

No ofrecer al niño nada de comer ni beber.

Antiepilépticos. Para el tratamiento del ataque está comercializado un fármaco de administración rectal llamado Stesolid. Este fármaco se puede utilizar si se conoce el procedimiento y de forma voluntaria por el docente. Siempre con informe clínico del pediatra y autorización por escrito de los padres. Para una administración correcta colocaremos al niño/a tendido de lado e introduciremos la cánula en toda su longitud en el ano. La mayor parte de las veces la crisis se interrumpe de forma espontánea en los primeros 15 minutos. En cualquier caso se debe actuar siguiendo el protocolo a seguir para administración de medicamentos.

### **Epilepsia y deporte**

No existe ninguna limitación para la práctica de ningún deporte o actividad física que se pueda realizar en la escuela, siempre y cuando no haya una recomendación en contra por parte de su médico.

### **Fiebre**

La fiebre es un síntoma muy frecuente en la infancia, tanto más cuanto más pequeño es el niño/a. En la mayoría de los casos se trata de cuadros sin importancia de origen vírico.

El niño con fiebre deberá ser excluido de la escuela mientras dure el proceso. Se debe contactar con los padres o tutores para que recojan al niño/a.

Deberá ser evaluado y transportado de manera inmediata a un centro sanitario en las siguientes circunstancias:

Si la fiebre se acompaña de vómitos.

Si aparecen manchas rojas en la piel.

Si la fiebre es superior a 40°C.

## **Asma**

El asma se define cómo una enfermedad pulmonar crónica en la que se producen episodios de tos y/o sibilancias (pitos) reversibles espontáneamente o con medicación.

Es la enfermedad crónica más frecuente en la infancia.

¿Qué hacer ante una crisis de asma?

Es imprescindible que el tutor conozca que el niño/a es asmático y si éste dispone y conoce de la medicación vía inhalatoria. La mayoría de los niños conocen y manejan con facilidad la medicación antiasmática, incluidos los dispositivos para su dispensación.

Los padres, los sanitarios y los profesores deben instruir al niño para que avise a su profesor tan pronto como se de cuenta que está sufriendo una crisis, generalmente tos, sibilancias (pitos), dificultad respiratoria, sensación de ahogo u opresión torácica.

Si esto ocurriera se procederá a seguir el protocolo de administración de medicamentos en la escuela.

Son situaciones de extrema urgencia, síntomas de alarma y de traslado urgente a centro sanitario:

El niño está azulado (cianótico), esta cianosis puede ser mas visible en los labios y bajo las uñas.

La disnea (fatiga) no permite al niño hablar y/o le dificulta para caminar.

El niño ha perdido la conciencia o está en situación de perderla. En estos casos NO DEBE PERDERSE EL TIEMPO, acuda con el niño al servicio médico más próximo y si es posible que alguien llame por teléfono al servicio médico advirtiéndoles de la llegada del niño.

Asma inducido por el ejercicio

El ejercicio físico, especialmente el que se realiza de forma vigorosa durante un breve periodo de tiempo y, sobre todo si el aire inspirado

es frío y seco, puede desencadenar una crisis de broncoespasmo. Esto es lo que denominamos asma inducido por el ejercicio (AIE). Sin embargo, en algunos niños, ésta puede ser la única manifestación de su asma. Típicamente son niños que tras una carrera presentan tos, pitos (sibilancias audibles), dificultad respiratoria, dolor u opresión torácica. En estos casos debe interrumpirse inmediatamente el ejercicio.

### **Asma y deporte**

Los niños asmáticos pueden practicar cualquier deporte al igual que cualquier otro niño sano. Es más, se debe estimular la actividad física ya que se ha comprobado que una mejor preparación aeróbica puede mejorar la tolerancia al ejercicio y disminuir el asma inducido por el ejercicio.

### **Diabetes**

La diabetes es una enfermedad en la que el organismo es incapaz de usar y almacenar apropiadamente la glucosa por lo que ésta aumenta sus niveles en sangre. Esto se debe a la falta de una hormona, la insulina. Por lo tanto, el tratamiento consiste en la administración de insulina en forma de inyecciones subcutáneas varias veces al día durante toda la vida.

Es posible que el alumno deba realizarse controles de glucemias e, incluso, inyectarse insulina durante el horario escolar; el colegio y su personal docente debe facilitarle la realización de estas actividades, siempre que disponga de un informe clínico de su pediatra y una autorización firmada por sus padres o tutores.

Complicaciones del tratamiento:

#### **a) Hipoglucemia**

Es el descenso de la glucosa sanguínea. Es la complicación de la diabetes más habitual en niños y si no se actúa de forma correcta y rápida puede sobrevenir un coma hipoglucémico.

Los síntomas más frecuentes de la hipoglucemia o "bajada de azúcar" son: sensación de "hambre", temblores, sensación de mareo, visión borrosa, sudación fría, palidez; o aparición de comportamientos anómalos como agresividad, desorientación, llanto, decaimiento, irritabilidad,.. pudiendo llegar a la pérdida de conocimiento y convulsiones.

Lo que debemos hacer dependerá de cómo se encuentre el niño:

## **Si está consciente:**

Se le debe dar un alimento rico en azúcares de absorción rápida (zumo de frutas, coca-cola, un terrón de azúcar, chocolate...), reforzando con pan, galletas, o cualquier alimento que contenga carbohidratos de absorción lenta.

## **Si está inconsciente:**

No debe darse **NADA** por boca

Trasladarse **URGENTEMENTE** a un Centro Sanitario donde pueda ser atendido convenientemente.

(Existe un medicamento, GLUCAGÓN, que puede ser fácilmente administrado en estos casos, siempre que exista pérdida de conocimiento. Su administración es sencilla pero será voluntaria por el personal docente, con adiestramiento e información previa, y se debe disponer de un consentimiento firmado por los padres del niño, que además, deben procurar el medicamento.)

Debe avisarse a la familia, es decir, seguir el protocolo de actuación de administración de medicamentos.

### **b) Hiperglucemia**

Es una complicación de la diabetes que también puede ocurrir en los niños diabéticos, consiste en aumento de glucemia. Normalmente los síntomas de hiperglucemia se instauran lentamente.

Los síntomas en un principio suelen ser sed intensa y frecuentes deseos de orinar, posteriormente, si no se actúa a tiempo, aparece: cansancio, decaimiento, dificultad respiratoria, cefaleas, dolor abdominal y vómitos. Es característico el aliento cetósico ("olor a manzanas").

### **Qué podemos hacer:**

Si solamente se aprecia sed y deseos frecuentes de orinar se debe avisar a la familia, permitir la asistencia a los aseos y la ingesta extraordinaria de agua.

Si aparecen vómitos, dolor abdominal, etc,.. conviene trasladarlo a su domicilio o al centro de salud más próximo.

### **Diabetes y ejercicio físico**

El ejercicio físico es parte integral del tratamiento de la diabetes.

Hay que tener en cuenta que mientras que el ejercicio físico puede ser beneficioso realizado por pacientes con diabetes bien controlados, en los mal controlados puede dar lugar a complicaciones; y por lo tanto el ejercicio estará contraindicado cuando aparezcan síntomas de hipo o hiperglucemia.

#### **14. SEÑALIZACIONES.**

Para trabajar con los alumnos/as los tipos de señales hay un enlace en la página de la consejería, en Seguridad y Salud laboral docente, una vez que entréis ahí, pinchamos en señalizaciones.

#### **15. RECURSOS DIDÁCTICOS**

En "proteccióncivil.org" podéis descargaros multitud de juegos (acerca de cómo actuar en caso de terremoto, incendio, etc.). También en la página de la Consejería en Seguridad y Salud laboral docente hay un enlace de recursos didácticos.