

Consejos para maestros/as:

Mejorar la calidad del aire interior (IAQ)

1

Diluir: Hay dos formas principales de introducir aire fresco.

- A. Abra las puertas y ventanas, pero preste atención a las condiciones del exterior. Puede comprobar la calidad del aire en el exterior utilizando su código postal en airnow.gov o escaneando el código QR.

¿Cuál es el índice de calidad del aire (IAQ) de mi código postal hoy?



- ✓ No dude en abrir las puertas y ventanas cuando la calidad del aire sea buena o moderada (0-100). Asegúrese de que los niños y el personal estén cómodos y no presenten reacciones a los contaminantes, la temperatura o los alérgenos.
- ✓ Mantenga las ventanas y puertas cerradas en condiciones climáticas insaludable (101- 300).



- B. Algunos sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC) pueden permitir la entrada de aire fresco. Mantenga las rejillas de ventilación de entrada y salida de aire del clase libres de muebles y desorden para que el aire pueda fluir libremente.

Pídale a su equipo de mantenimiento que verifique si el aire exterior puede entrar a través de las rejillas de ventilación y, de ser así, configure los termostatos en “Ventilador entrar” en lugar de “Ventilador automático”, para que el aire siempre fluya.

2

Filtro: Limpia el aire

Limpie el aire con un purificador de aire portátil (PAC) con filtros de aire de partículas de alta eficiencia (HEPA). Si es posible, actualice los filtros del sistema de climatización (clasificación MERV 13 y superior). Al cambiar los filtros, es una buena idea usar equipo de protección, como guantes y una mascarilla bien ajustada, para evitar respirar partículas.

¡Escanea el código QR para conocer más sobre los consejos para los IAQ!



Mezcla: Mueve el aire

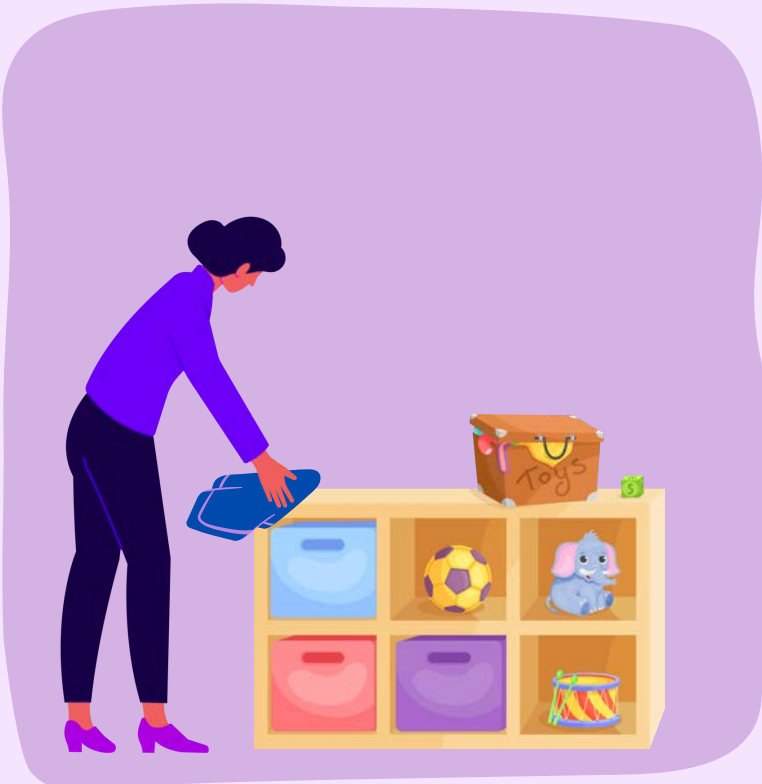
Haga circular el aire limpio dentro de una habitación con ventiladores (de techo, de pared o portátiles) y/o a través de las rejillas de ventilación de su sistema HVAC.



3

Utilice paños de microfibra para un clase más saludable

Limpie los escritorios o mesas con microfibra para eliminar la suciedad, la mugre y los gérmenes, incluso durante la hora de la merienda.



Mantenga las aulas más saludables limpiándolas con productos que también son más seguros para el asma.

- Algunos productos de limpieza y desinfectantes en el clase pueden causar o desencadenar asma.
- El uso rutinario de microfibra limpia de forma segura sin exposición a productos químicos o desinfectantes.

Limpie mostradores, lavabos, pizarras, espejos, pantallas y teclados de computadora, vidrio e instrumentos musicales con microfibra.



¡Escanee el código QR para obtener más información sobre los paños de microfibra!

Practique con los estudiantes: pida a los niños que se cubran la boca con el codo al toser. Esto ayuda a mantener el aire limpio y a protegerse unos a otros de los gérmenes.

