CONDICIONES TERMOHIGROMÉTRICAS

Condiciones termohigrométricas

Son las condiciones de **temperatura, humedad, ventilación y presión atmosférica** del ambiente. Mal reguladas pueden dar lugar a:

En ambientes térmicos moderados, característicos de locales cerrados con aire acondicionado, **como puede ser un centro educativo**, no es extraño encontrarse con trabajadores que se sienten a gusto mientras que otros sienten calor o frío. Por ello, el **confort térmico** hace referencia a una sensación de neutralidad térmica, lo que conlleva siempre una importante carga subjetiva.

En trabajos realizados en ambientes extremos, tanto por calor como por frío, se debe garantizar que no se produzca un aumento de calor en el organismo al exceder los límites de los mecanismos fisiológicos de termorregulación del cuerpo humano, lo que provocará riesgo de **estrés térmico.**

Condiciones que deben reunir los centro educativos

<table>
<tr><th>Temperatura</th><th>Humedad</th></tr>
<tr><td>La temperatura óptima del aula dependerá de la actividad que se desarrolle en ella.</td><td>El grado higrométrico considerado ideal para no producir molestias por humedad ni por sequedad oscila entre el 35% y el 45 % de humedad.</td></tr>
<tr><td>
Actividad docente será de unos 17 ºC – 27 ºC.
Actividad práctica unos 14 ºC – 25 ºC.</td><td rowspan="2">
Sin embargo, la humedad relativa debe oscilar entre el 30 % - 70 %</td></tr>
<tr><td>
En invierno la temperatura del aire óptima estará entre los 20 ºC – 24 ºC.</td></tr>
</table>

Consecuencias de un ambiente térmico poco confortable

- **Fatiga**, insatisfacción y **malestar**
- Dificultad para realizar las tareas y **disminución del rendimiento físico y mental**
- **Reducción de la productividad**
- Distracciones que pueden provocar accidentes y **múltiples quejas**

En ambientes extremos de frio y calor

- Hipotermia.
- Congelación.

- Golpe de calor.
- Agotamiento por calor.
- Deshidratación
- Déficit salino.

Por lo que se deben evitar:

✓ Las temperaturas y las humedades extremas.
✓ Los cambios bruscos de temperatura.
✓ Las corrientes de aire molestas.
✓ Los olores desagradables.
✓ La irradiación excesiva.

Por lo que se recomienda:

✓ Uso de medios de climatización para conseguir las condiciones correctas.
✓ Utilizar prendas de vestir adecuadas a la estación.
✓ Promover una buena hidratación y alimentación.
✓Adaptar las actividades a la situación climatológica.
✓ Hacer un uso correcto de la ventilación.