



GUÍA #BRÚJULA.EQC



A DISEÑO DEL ESPACIO

PRINCIPIO BÁSICO ASOCIADO

VERIFICADO

IMPLEMENTADO

FECHA

A.1 MANTENER LA DISTANCIA FÍSICA ENTRE PERSONAS: 1 METRO

PB01

A.1.1 EN ESPACIOS ESTANCOS: aulas, despachos, aulas especiales, biblioteca.

A.1.1.a Mantener la distancia mínima entre centros de escritorios

A.1.1.b Mantener la distancia mínima entre elementos de asiento (sillas, sillones, butacas...)

A.1.2 EN ESPACIOS DINÁMICOS: accesos, pasillos, patios, escaleras.

A.1.2.a Mantener la distancia mínima en espacios de circulación

A.1.3 COMUNICACIÓN: Presencia de cartelería informativa y señales de distancia mínima en espacios estancos y dinámicos.

NOTA: Tener presente que en la distancia mínima necesaria para circulaciones de personas con movilidad reducida como muletas, o sillas de ruedas, la distancia mínima necesaria es entre 1,5 y 2 m de ancho libre de circulación en un un solo sentido.

A.2 INTEGRAR LA NATURALEZA Y EL AIRE LIBRE EN LOS PROCESOS EDUCATIVOS

PB05

A.2.1 Reconocer e identificar las características y cualidades de todos los espacios al aire libre del centro educativo.

A.2.2 Identificar que actividades educativas (no deportivas) pueden desarrollarse, total o parcialmente, en espacios al aire libre: por ejemplo, la lectura (individual y/o en grupo).

A.2.3 Identificar cuales de los espacios al aire libre detectados, ofrecen las mejores condiciones para el desarrollo de la actividad educativa que se desee realizar.

A.2.4 Estar en contacto directo con la naturaleza, mínimo una hora diaria: incorporar actividades basadas en la naturaleza y su cuidado, como jardinería, un huerto, cuidar una planta, visitar un árbol...

NOTA: Estar en entornos al aire libre no solo reduce el nivel de riesgo de posibles contagios que estar en espacios cerrados y dependiente de constantes renovaciones de aire exterior; si no también estar en contacto con la naturaleza beneficia a reducir el estrés, la ansiedad, la depresión. Ver los ritmos recurrentes y renacimiento de la naturaleza a pesar de la dureza del invierno, son actividades que promueven esperanza y ayudan a enfrentar crisis y tragedias en nuestras vidas. Cuanto más sentidos usemos para experimentar con la naturaleza, mayores serán los beneficios

A.3 APLICACIÓN DE LA NEUROARQUITECTURA

PB07

A.3.1 COMUNICACIÓN EN LOS ESPACIOS

A.3.1.a Evitar saturación de información de cualquier tipo en los espacios de la escuela. El exceso de información genera estrés y desinformación. Priorizar compartir información motivadora, que acompañe y guíe. Comunicar con asertividad, precisión y seguridad.

A.3.1.b La comunicación visual no es la única forma de comunicar, estar abiertos a utilizar y comunicar con los otros sentidos, esto ayuda a reducir la fatiga ocular, tan activa actualmente con el aumento de uso de ordenadores, tabletas, móviles, etc., permite la estimulación sensorial en el desarrollo cognitivo, social, afectivo y emocional

A.3.2 LOS COLORES

A.3.2.a En espacios en los que se quiera promover entornos tranquilos, priorizar los colores azules, verdes y blancos/hueso, estos alivian el estrés y transmiten calma y favorecen a la relajación.

A.3.2.b En espacios donde se busca generar una sensación de contención, los colores cálidos y con baja reflectividad son los aconsejables.

A.3.2.c Los colores que nos identifican con entornos de la naturaleza aumentan la sensación de confort e inciden sobre la percepción del espacio como un espacio saludable.

A.3.3 AMPLITUD ESPACIAL

A.3.3.a La sensación de estar encerrados genera estrés y disminuye la productividad de quienes se encuentran en esos espacios, por lo que se sugiere promover la amplitud de espacios y evitar la saturación con muebles, elementos innecesarios, decoración excesiva.

A.3.3.b Priorizar espacios con techos altos para el desarrollo de actividades más creativas, y aquellos con techos más bajos para actividades más rutinarias.

A.3.4 ELEMENTOS NATURALES

A.3.4.a Incorporar elementos naturales a los espacios interiores: madera, luz natural, elemento pétreos, ventanales con vistas al exterior.

NOTA: Los colores y sus tonalidades generan diferentes estímulos en el cerebro que influyen en nuestro cuerpo, mente y emociones, esto es a través de los niveles de vibración energética de cada color. Condicionan el estado de ánimo, y por tanto las decisiones y las actitudes.



GUÍA #BRÚJULA.EQC



B CALIDAD AMBIENTAL INTERIOR

PRINCIPIO BÁSICO ASOCIADO

VERIFICADO

IMPLEMENTADO

FECHA

B.1 CALIDAD DEL AIRE

PB06 + 03

B.1.1 VENTILACIÓN ADECUADA

B.1.1.a Aumentar renovaciones de aire y de manera periódica con aporte de aire exterior a través de: apertura de ventanas, puertas generando ventilaciones cruzadas, en caso de ventilación manual, y en caso de ventilación mecánica incrementando la entrada del aire exterior y la cantidad de renovaci

B.1.1.b Reemplazo de filtros de aire de acuerdo con el programa de mantenimiento de cada edificio.

B.1.1.c En caso de que la escuela cuente con sensores de CO2, recordar y estar atentos a las renovaciones recomendadas mantener el nivel de CO2 por debajo de los límites máximos saludables.

B.2 TEMPERATURA ADECUADA

PB01

B.2.1 Mantener los espacios habitables con temperaturas entre 24°C y 26°C

B.2.2 Evitar fuertes cambios de temperatura entre los recintos de la escuela, esto evita debilitar el sistema inmunológico.

B.3 HUMEDAD RELATIVA SUGERIDA

PB01 + 07

B.3.1 Mantener los espacios habitables con niveles entre un 50% a 60%

B.4 LA ACÚSTICA: RUIDOS Y SONIDOS

PB01 + 07

B.4.1 Aislar los espacios interiores de ruidos exteriores molestos como por ejemplo los que provienen de vías vehiculares.

B.4.2 Acondicionar los espacios interiores con materiales absorbentes para evitar efectos de eco (reverberación del sonido) y transmisión a otros recintos.

B.4.3 Evitar situaciones de grito. Cuando no escuchamos bien, no solo no comprendemos y nos distraemos, si no que también aumentamos el nivel de nuestra voz provocando el efecto aerosol. Mantener un nivel de voz moderado a bajo, evita el aumento de este efecto.

B.4.4 La música de gusto, puede mejorar el nivel de concentración de una actividad al generar cantidades extras de dopamina. Contar con este recurso en actividades que

B.5 LA ILUMINACIÓN: NATURAL Y ARTIFICIAL

PB07 + 07

B.5.1 PRIORIZAR LA ILUMINACIÓN NATURAL

B.5.1.a Priorizar la fuente de iluminación solar, no solo es una fuente de energía vital para nuestro organismo, es necesaria para regular varias funciones biológicas como: ritmo circadiano, sueño, ánimo, lucidez, etc., y con ello la salud.

B.5.1.b Controlar los niveles de intensidad, distribución, tono y color de luz es clave para el confort visual, evitando fatiga o deslumbramiento, ajustándose a la necesidad de la actividad a desarrollar sin necesidad de que el ojo se adapte constante.

B.5.1.c La iluminación solar es una fuente de energía limpia, gratuita, esta fuente reduce emisiones de CO2 y costes de facturación.

NOTA: La ventilación adecuada no solo colabora con la reducción del riesgo de una posible permanencia del virus en el aire ambiental interior, si no que también favorece a la reducción de los altos niveles de CO2 que suele haber en las aulas, despachos y espacios de gran ocupación, siendo estos nocivos para la salud de las personas.



GUÍA #BRÚJULA.EQC



C HÁBITOS, USOS Y COSTUMBRES

PRINCIPIO BÁSICO ASOCIADO

VERIFICADO

IMPLEMENTADO

FECHA

C.1 HIGIENE

PB03

C.1.1 DE MANOS CON FRECUENCIA

C.1.1.a Verificación, adaptación y accesibilidad del lavamanos para un uso frecuente, provisto de agua caliente y fría.

C.1.1.b En caso de reemplazo de grifos se recomienda, en lo posible, reemplazar por aquellos con apertura a través de sensores, para evitar el contacto de la mano higienizada con el grifo en los momentos de apertura y cierre.

C.1.1.c Dotar en lugares estratégicos de la escuela kits de higiene para el uso de la comunidad del centro.

C.2 LIMPIEZA

PB03

C.2.1 Uso de productos sostenibles que sean efectivos para evitar la posible propagación del virus y no sean nocivos para la salud de las personas.

C.2.1.a Contemplar que mobiliario, accesorios y presencia de objetos distribuidos en los espacios habitables no restrinjan ni dificulten la actividad fundamental de limpieza en los centros educativos.

C.3 USO DEL EDIFICIO

PB01

C.3.1 Restringir el uso del edificio exclusivamente para el desarrollo de la actividad educativa, restringiendo que la población que acuda sea la misma.

NOTA: La ventilación adecuada no solo colabora con la reducción del riesgo de una posible permanencia del virus en el aire ambiental interior, si no que también favorece a la reducción de los altos niveles de CO2 que suele haber en las aulas, despachos y espacios de gran ocupación, siendo estos nocivos para la salud de las personas.

