

Refrigeración de espacios cerrados sin aire acondicionado

El calor intenso puede producir enfermedades e, incluso, la muerte. Cuando las temperaturas son extremadamente altas, puede reducir los riesgos tomando medidas para refrigerar espacios incluso cuando no tiene un aire acondicionado. Esto puede lograrse de una forma que minimiza la cantidad de aire que ingresa en la zona en que respiran las personas que ocupan el edificio, lo cual reduce el riesgo de enfermedades transmitidas por el aire.

En este documento, se proporcionan consejos sobre cómo refrigerar el aire de los espacios cerrados de forma segura abriendo las ventanas, usando ventiladores, cerrando las cortinas y limitando el uso de equipos que generan calor. Describimos cada uno de estos enfoques a continuación.

Cierre las cortinas para bloquear el sol y el calor que ingresa

- Cierre las cortinas de todas las ventanas que reciban sol, incluidas las puertas con ventanas. Manténgalas cerradas desde el inicio de la mañana hasta que la luz del sol deje de golpear la ventana.
- Abra las cortinas por la noche; esto permitirá que las ventanas irradien el calor hacia afuera.
- Cuando seleccione las cortinas, elija colores claros, porque son más efectivos para reflejar las longitudes de onda visibles de la luz que generan calor. Además, elija cortinas que cubran completamente la ventana o puerta y tengan un ajuste adecuado.

Use ventiladores para refrigerar

- El movimiento del aire a través de las ventanas puede mejorarse colocando un ventilador de piso en la ventana para expulsar el aire de salida y dejando una ventana adyacente abierta. Esto hará que ingrese aire más fresco, como se muestra en la imagen.
- Coloque ventiladores portátiles a la altura de las rodillas o en la parte superior de la habitación (los ventiladores de techo son una buena opción). Es importante colocar los ventiladores de forma tal que no soplen aire directamente en la zona de respiración de quienes ocupan la sala.
- **Los ventiladores solo refrigeran un espacio si la temperatura del aire es menor a la temperatura del cuerpo (alrededor de 99 grados Fahrenheit [37 grados Celsius]).**



Abra las ventanas para refrigerar

- Abra las ventanas cuando la temperatura del aire exterior sea más fresca si la calidad del aire es segura.
- Una ventana abierta es más efectiva cuando se puede abrir una puerta o ventana adicional para generar ventilación cruzada.
- Tan pronto como se caliente el aire exterior, cierre las ventanas y use ventiladores para remover el aire interior más fresco.

Limite el uso de equipos que generen calor

- Muchos productos electrónicos producen calor. Limite el uso de equipos de cocina, computadoras, impresoras y luces en la medida de lo posible durante los períodos de calor extremo.
- Cuando sea posible, reemplace las bombillas incandescentes por bombillas LED, que producen un calor mínimo.

Otras consideraciones

- Si los ventiladores están a la altura de las rodillas, es importante que se asegure de limpiar o aspirar los pisos diariamente para ayudar a reducir la circulación del polvillo que se asienta allí.
- Si se usan ventiladores en áreas de reunión donde las personas no usan mascarilla, considere colocar purificadores de aire portátiles (unidades HEPA [por su sigla en inglés, filtro de partículas de aire de alta eficiencia]) en el área.
- Los ventiladores deben limpiarse al menos una vez por semana, lo que incluye limpiar las aspas, donde se acumula polvillo.
- Para obtener orientación sobre las prácticas de ventilación seguras que evitan la propagación del COVID-19, consulte el artículo [Ventilación y calidad del aire para reducir la propagación de las enfermedades transmitidas por el aire](#) (PDF en inglés) del DOH (por su sigla en inglés, Departamento de Salud del Estado de Washington).
- Si su centro puede comprar aires acondicionados portátiles, esa alternativa es mejor que abrir las ventanas y usar ventiladores cuando la calidad del aire exterior es mala. Consulte la [información del Departamento de Energía sobre la selección de aires acondicionados](#) (en inglés).
- Durante los episodios de humo por incendios forestales, siga las [Recomendaciones para mejorar la ventilación y la calidad del aire interior en escuelas y edificios con ventilación mecánica](#) (PDF en inglés).

Para obtener más información sobre estas precauciones, consulte la información sobre [seguridad en tiempo caluroso](#) en línea.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 ([Washington Relay](#)) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.