



## COMUNICADO:

### MEDIDAS ADMINISTRATIVAS PARA ENFRENTAR O CALOR

São Paulo, 14 de novembro de 2023.

Há previsão de altas temperaturas em São Paulo nos próximos dias!!!  
Precisamos proteger nossos estudantes!!!



Considerando que o calor pode ocasionar lábios e olhos secos, sangramento de nariz, dor de cabeça e o corpo que fica mais cansado, especialmente nesta época do ano, em que o clima fica mais quente e a umidade do ar é bem baixa, as crianças e adolescentes acabam sofrendo mais.

Por esta razão, a Diretoria de Ensino Centro orienta as equipes escolares adotarem medidas administrativas e cuidados junto aos estudantes para amenizar os efeitos das altas temperaturas.

Recomendamos que as escolas estimulem os estudantes a ingestão de água, facilitando o acesso aos bebedouros e as idas aos banheiros durante as aulas.

Orientamos cardápio da Merenda Escolar, incluindo alimentos leves, como frutas, verduras e legumes, além de líquidos, como sucos, chás, gelatinas e outros.

Também é indicado que, em sala de aula, ventiladores ligados para melhorar a climatização do ambiente, bem como portas e janelas abertas.

Sobre as aulas de Educação Física, orientamos que as aulas sejam em local coberto, sem exposição ao sol, sem exigência de esforço físico excessivo.

#### Orientações da SEDUC

<https://www.educacao.sp.gov.br/educacao-de-sp-orienta-professores-de-educacao-fisica-trocar-exercicios-na-quadra-por-atividades-mais-leves/>

Solicitamos engajamento de toda a equipe escolar para viabilizar as ações de hidratação dos estudantes.

Solicitamos muita atenção dos professores e funcionários para observar os estudantes que possam estar desidratados, para encaminhamento médico, se for o caso.

Outras dicas: Que os estudantes usem roupas mais leves, protetor solar e chapéus ou boné, que sejam molhadas as áreas próximas de onde haja circulação dos estudantes.

As famílias também devem ser orientadas para hidratação das crianças e adolescentes em casa. Recomendar que mandem toalha molhada para refrescar a testa, pescoço, também garrafinhas de água.

Recomendamos organização das turmas para “HORA DA ÁGUA”, além dos intervalos normais.

Lembramos que não há suspensão de aulas por causa do calor.

Nossa intenção é garantir o bem-estar dos estudantes no ambiente escolar durante este período de intenso calor.

**Dirigente Regional de Ensino  
DE Centro**