

Calidad del aire interior en las escuelas

Impacto en docentes y personal escolar



Todos queremos que los niños y los docentes estén seguros y sanos en la escuela. Algunos peligros, como la mala calidad del aire, no siempre son evidentes. La contaminación del aire interior puede causar problemas de salud en docentes y personal escolar.

¿Qué es la calidad del aire interior?

La calidad del aire interior (CAI) se refiere a la calidad y pureza del aire dentro de los edificios y en sus alrededores. Factores como la temperatura, la humedad, la ventilación, los contaminantes, la ocupación y los materiales de construcción influyen en la CAI. Cuando respiramos por la nariz o la boca, el aire recorre las vías respiratorias hasta llegar a los pulmones. No todo el aire que inhalamos es limpio. Puede contener numerosos contaminantes, como gases y partículas, muchos de ellos demasiado pequeños para ser visibles. Cuando estos contaminantes pasan de los pulmones al resto del cuerpo, pueden afectar la salud. Por eso es fundamental garantizar un aire interior limpio.

¿Cómo afecta una mala CAI a docentes y personal escolar?

Los niveles de contaminantes son entre dos y cinco veces más altos en interiores que en exteriores, y, sin embargo, la mayoría de las personas pasa hasta el 90 % de su tiempo en espacios cerrados. Para quienes asisten a la escuela o trabajan en una, casi la mitad de su día puede transcurrir dentro del edificio escolar.

Los niveles de contaminantes son entre dos y cinco veces más altos en interiores que en exteriores, y, sin embargo, la mayoría de las personas pasa hasta el 90 % de su tiempo en espacios cerrados. Para quienes asisten a la escuela o trabajan en una, casi la mitad de su día puede transcurrir dentro del edificio escolar.

Problemas comunes en las aulas que contribuyen a una mala CAI:

- Contaminantes del aire interior y exterior (incluidos moho, sustancias químicas, vapores, etc.)
- Filtración de aire deficiente y mala circulación del aire
- Presurización/ventilación inadecuada de los ambientes
- Temperatura inadecuada (demasiado alta o demasiado baja)
- Niveles de humedad elevados o insuficientes

Los estadounidenses pasan aproximadamente el **90%** del tiempo en espacios cerrados, donde el aire puede estar **entre dos y cinco veces** más contaminado que el aire exterior.

Numerosos estudios han vinculado los problemas de calidad del aire interior en las escuelas con una variedad de efectos perjudiciales, entre ellos:

- Aumento en la gravedad y frecuencia de los síntomas de asma y alergias
- Mayor transmisión viral y bacteriana, lo que deriva en más resfriados, gripe y otras enfermedades respiratorias
- Disminución del rendimiento de docentes y personal debido a malestar, enfermedad o ausencias
- Mayor insatisfacción laboral y rotación del personal
- Aumento del estrés relacionado con la salud, el absentismo y el rendimiento de los estudiantes

¿Quiénes son más vulnerables a los efectos de una mala CAI?

Las personas más vulnerables son aquellas con afecciones de salud preexistentes (asma, EPOC u otras enfermedades crónicas como la diabetes), los adultos mayores, los niños y las personas con discapacidad. La inflamación provocada por la inhalación de aire contaminado genera una carga adicional sobre los pulmones, el corazón y otros órganos que pueden ya estar comprometidos por otras afecciones. Las personas embarazadas presentan mayor riesgo, ya que los contaminantes del aire interior, incluso en niveles bajos, pueden asociarse con resultados adversos en el embarazo.

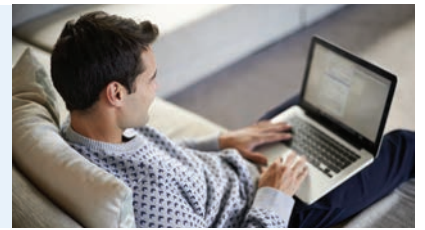
¿Qué pueden hacer los docentes y el personal para abordar una mala CAI?

Existen múltiples factores que influyen en la CAI, pero es posible adoptar algunas medidas de bajo o nulo costo de inmediato para mejorar la calidad del aire interior. En primer lugar, los docentes y el personal pueden dialogar con las autoridades escolares sobre la CAI. También es importante conocer la normativa estatal o local en materia de seguridad y salud en el trabajo, y verificar si la escuela o el distrito cuenta con un plan documentado de gestión de la calidad del aire interior. Por último, los docentes pueden generar un impacto inmediato en el aula siguiendo las cinco recomendaciones incluidas en la hoja informativa “[Consejos para docentes](#)”.

Una buena calidad del aire interior contribuye a crear un entorno laboral saludable para docentes y personal, lo que se traduce en mayor comodidad, satisfacción laboral y productividad.



Learn more about IAQ and energy management in schools by visiting Lung.org/CASC.



Este proyecto ha sido financiado en su totalidad por la Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA, Environmental Protection Agency), en virtud del acuerdo de asistencia núm. 84098901 (CFDA 66.034), otorgado a la American Lung Association. El contenido de este documento no refleja necesariamente las opiniones ni las políticas de la Agencia de Protección Ambiental, ni la EPA avala marcas comerciales ni recomienda el uso de los productos comerciales mencionados en este documento.