



Cartilla informativa para el docente

Friaje

¿Qué es el friaje?

Es una masa de aire frío y seco que ingresa por la selva sur y se desplaza hacia la selva central y norte, con caídas repentinas de temperatura. Se presentan lluvias de moderada a fuerte intensidad con tormentas eléctricas. Aumenta la velocidad del viento y hay presencia de neblina o niebla.

La región afectada por este fenómeno es la selva; generalmente, Madre de Dios, Puno, Ucayali, Huánuco, San Martín y Loreto.



¿Cómo puede afectarnos el friaje?

El frío, los vientos y las lluvias afectan a la salud de las personas, principalmente a los niños y adultos mayores.

Los vientos fuertes ocasionan la caída de las plantas y la baja temperatura afecta a los cultivos y frutales.

El frío afecta al ganado y produce alteraciones en animales silvestres. También puede ocasionar la muerte de algunos peces en ríos y lagunas.

Durante el año 2022, se registraron 26 friajes.



A continuación, te presentamos algunas recomendaciones para actuar en preparación, respuesta y rehabilitación frente al friaje.

1 ¿Cómo nos preparamos para enfrentar el friaje?

- Recomienda a la comunidad educativa estar atenta al pronóstico del clima y a la presencia de friajes, a través de la radio, la televisión u otros medios de la localidad.
- Orienta que prioritariamente deben atender la comunicación oficial e informarse adecuadamente.
- Orienta las acciones de preparación para estar capacitados ante friajes.
- Orienta la elaboración del Plan Familiar de Emergencia para hacer frente al descenso brusco de temperaturas.
- Recuérdales la importancia de organizarse en familia para reforzar los techos y ventanas de sus casas ante vientos fuertes, así como para mantener limpias sus canaletas y desagües.
- Recomienda el uso de ropa abrigadora e impermeables para protegerse de las lluvias.

Sabías que...

en el Perú, uno de los friajes más intensos ocurrió en el año 1988.

- La masa de aire frío, al ingresar al continente, registró temperaturas inferiores a $-15\text{ }^{\circ}\text{C}$.

- Al ingresar a territorio peruano, los termómetros marcaron $7\text{ }^{\circ}\text{C}$ en la selva sur, $12\text{ }^{\circ}\text{C}$ en la selva central y $15\text{ }^{\circ}\text{C}$ en la selva norte.

- Las fuertes lluvias y nieblas afectaron a la flora y fauna de la región, también a la navegación aérea y al sistema de comunicaciones.



Recuerda que...

las actividades que les propongas desarrollar a los estudiantes deben ser parte de un proceso de enseñanza, aprendizaje y evaluación, es decir, deben ser planificadas para garantizar la movilización de competencias. Es importante que promuevas la participación activa de las familias.

2

¿Cómo debemos actuar ante el friaje?

- Asegúrate de que los niños usen ropa abrigadora, así como impermeables para protegerse de las lluvias.
- Orienta a tus estudiantes y sus familias sobre el consumo frecuente de bebidas calientes.
- Fomenta el consumo de alimentos que les proporcionen energía y calor.
- Recomienda que, si en casa hay personas vulnerables, no deben exponerse al frío y a las lluvias.
- Orienta a las familias para que acudan al centro de salud más cercano en caso de enfermarse.
- Recomienda que, en lo posible, no salgan de sus viviendas, principalmente cuando hay presencia de lluvias, tormentas y vientos fuertes.

3

¿Qué debemos hacer luego de producirse el friaje?

- Si durante el friaje tus estudiantes han contraído alguna enfermedad respiratoria y continúan con síntomas (fiebre, tos, estornudos, dolor de garganta o malestar general), asegúrate de que asistan al centro de salud para recibir tratamiento adecuado y, luego, que se queden en casa.
- Fomenta una alimentación saludable en tus estudiantes y familias para ayudar a fortalecer su sistema inmunológico (frutas, verduras, proteínas, carbohidratos, etc.).
- Orienta a tus estudiantes y sus familias para que, luego de una lluvia intensa, se aseguren de limpiar los alrededores de sus viviendas y retirar aquello que pueda representar peligro.
- Explícales que es importante desalojar el agua estancada de sus viviendas para evitar plagas de mosquitos u otros insectos.

Para ti,
docente

Cuando se retomen las actividades presenciales en la escuela, recuerda que es importante, en primera instancia, brindar soporte emocional a los estudiantes por las pérdidas sufridas. Este soporte se puede dar a través del juego espontáneo o situaciones de juego planteadas por el docente, espacios de expresión desde los lenguajes artísticos y momentos de diálogo en los que cada estudiante pueda compartir verbalmente sus vivencias y emociones.

Fuentes:

Instituto Nacional de Defensa Civil. (13 de mayo de 2023). *INDECI recomienda medidas de preparación ante la temporada de friajes* [Nota de Prensa N.º 34-2023-INDECI]. Gob.pe. <https://www.gob.pe/institucion/indeci/noticias/756609-indeci-recomienda-medidas-de-preparacion-ante-la-temporada-de-friajes>

Servicio Nacional de Meteorología e Hidrología del Perú. (s. f.). *Heladas y friajes / Preguntas frecuentes*. Ministerio del Ambiente. <https://www.senamhi.gob.pe/?p=heladas-y-friajes-preguntas>