

“Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres”  
“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

## HELADAS Y FRIAJES



Fuente: <https://www.senamhi.gob.pe/?p=heladas-y-friajes-preguntas>

### ¿Qué son las heladas?

Como concepto general: Las heladas ocurren cuando la temperatura del aire desciende a 0°C o valores menores, este concepto corresponde a la helada meteorológica; sin embargo existe la helada agrometeorológica que es el descenso de la temperatura del aire a niveles críticos de los cultivos y que mata los tejidos vegetales, en el caso de la helada agrometeorológica depende del nivel crítico de temperatura de cada cultivo y puede ser mayor a 0°C.

Las heladas se dan con cielo despejado o escasa nubosidad. El descenso de la temperatura se registra en horas de la noche o madrugada y el parámetro meteorológico para seguimiento es la Temperatura Mínima.

Se debe tener en cuenta que hay regiones de la sierra sur donde la temperatura mínima normal es debajo de 0°C, el peligro se presenta cuando la temperatura desciende por debajo de sus valores normales.

### ¿Cuándo ocurren las heladas?

Al finalizar la temporada de lluvias: las heladas meteorológicas generalmente inician en abril y terminan en setiembre, alcanzando su periodo más frío y es más frecuente en los meses de junio y julio. El descenso es más intenso se registra en las noches y en la madrugada antes de salir el sol con condiciones de cielo despejado o escasa nubosidad.

### ¿Cuáles son las regiones más afectadas por las heladas?

La región afectada es la sierra sobre los 3000 msnm; sin embargo se hace más frecuente y con valores más bajos en la sierra sur y a mayor altitud (Temperatura promedio de la zona sur < centro < norte).

Las regiones se afectan cuando hay descensos bruscos de temperatura, los cuales se pueden dar de un día para otro o en pocas horas y los registros son debajo de sus valores normales. En la sierra norte y parte de la sierra central no



“Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres”  
“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

desciende necesariamente a 0°C; sin embargo hay afectación en la salud y cultivos.

Los departamentos en los que es más frecuente e intenso son: Puno, Arequipa, Tacna, Moquegua, Cusco, Ayacucho, Huancavelica, Pasco, Junín y Apurímac.

### ¿Qué son las nevadas?

La nevada es precipitación sólida en forma copos de nieve que se presentan sobre los 3600 msnm. Para que las nevadas se produzcan, la temperatura del aire debe mantenerse por debajo de los 2 a 3°C. Si la temperatura es mayor, la nieve se funde antes de llegar al suelo.

La nevada se registra con cielo cubierto (a diferencia de la helada que es con cielo despejado).

Las nevadas cubren pastos y cultivos e interrumpen las carreteras. Cuando la nevada dura varios días, la sensación de frío es intensa durante todo el día ya que la temperatura máxima no se eleva como un día normal.

### ¿Qué es el friaje?

Es un fenómeno meteorológico caracterizado por la llegada de aire frío a la selva, ingresa por la selva sur y se desplaza hacia la selva central y norte dependiendo de la intensidad del evento.

El friaje inicia con lluvias de moderada a fuerte intensidad, tormentas eléctricas y viento que se desplaza de sur a norte, las temperaturas máximas disminuyen por la cobertura nubosa. Posterior a ello, la lluvia se desplaza dejando cielo con escasa nubosidad a despejado la selva sur con presencia de aire frío que hace que la temperatura descienda bruscamente en pocas horas.

### ¿Cómo llegan los friajes a nuestro país?

Se desplaza de sur a norte en Sudamérica, trasladando aire frío pasando por Argentina, Uruguay, Paraguay, Brasil e ingresa a Perú por la selva sur (Madre de Dios).

### ¿Qué regiones son afectadas por el friaje?

En general el friaje afecta a los departamentos de: Madre de Dios, Puno, Ucayali, Huánuco, San Martín y Loreto dependiendo de la intensidad del evento. La región afectada es la selva.

El descenso de temperatura afecta más a la selva baja a diferencia de a la selva alta.

La caída de las temperatura tiene mayor rango en la selva sur a diferencia de la central y norte (Caída de temperatura promedio de la zona sur > centro > norte).

La selva alta no presenta caídas de temperaturas mínimas considerables; sin embargo, es afectada por nubosidad, lluvias y viento.





PERÚ

Ministerio de Desarrollo e Inclusión Social

Viceministerio de Prestaciones Sociales

Programa Nacional de Alimentación Escolar Comunitaria WASI MIKUNA

“Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres”  
“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

### ¿Cuánto desciende la temperatura con el friaje?

En promedio, las temperaturas máximas caen de 35 °C a 22 °C por la nubosidad presenta en la zona; y las temperaturas mínimas, de 22 °C a 11°C por ingreso de aire frío.

### ¿Con qué frecuencia nos afectan los friajes?

Cada año se registran entre 6 a 10 friajes. El promedio de duración de este fenómeno es de 3 a 7 días; y en ocasiones hasta 10 días.

### HISTORIETAS

Fuente: <https://www.senamhi.gob.pe/?p=heladas-y-friajes-historietas>



### RECOMENDACIONES DE SALUD

<https://www.gob.pe/22678-protecte-tu-salud-ante-las-heladas-y-el-friaje>

