



Yakima Health District

Comunicado de prensa

Para publicación de inmediato: 14 de julio de 2021

Contacto: Stephanie Badillo-Sanchez, Especialista en Comunicaciones

509-941-7364

Temporada de Incendios Forestales y Calidad del Aire: Mantenerse Informado y Preparado

YAKIMA, WA- A medida que comienza la temporada de incendios forestales, puede crear una calidad de aire poco saludable en nuestra área. Es fundamental que las personas se mantengan informadas sobre las condiciones de la calidad del aire y tomen medidas adicionales para mantenerse a sí mismos y a sus familiares seguros del humo. El [sitio web de Monitoreo de la Calidad del Aire](#) del Departamento de Ecología del Estado de Washington tiene un mapa de la calidad del aire en todo el estado. El mapa utiliza [categorías codificadas por colores](#) para informar cuando la calidad del aire es buena, moderada o no saludable.

Respirar el humo de los incendios forestales puede provocar efectos de salud de leves a graves. Los síntomas incluyen dolor de garganta, dolores de cabeza, ardor en los ojos, tos, resollar, dificultad para respirar y dolor en el pecho. El humo de los incendios forestales puede afectar a cualquier persona, especialmente a los grupos sensibles. Las personas en riesgo de problemas incluyen niños menores de 18 y adultos mayores de 65, personas con enfermedades cardíacas y pulmonares, personas con enfermedades respiratorias y resfriados, personas que han sufrido un derrame cerebral, mujeres embarazadas y personas que fuman.

Reducir la Exposición al Humo

Además de permanecer en interiores, estos pasos adicionales pueden mantener a las personas y sus familias seguros del humo:

- Cierre las ventanas y puertas cuando haya humo afuera.
- Mejore la filtración del aire interior de la casa:
 - Actualice la filtración del sistema HVAC doméstico a un filtro MERV 13 o
 - compre un filtro de aire portátil HEPA.
- No agregue a la contaminación del aire interior. Evite quemar velas o incienso, usar difusores de aceites esenciales, fumar adentro o pasar la aspiradora.
- Encienda el aire acondicionado de su casa y vehículo para que recircule y evite que entre aire de afuera con humo adentro.
- Busque refugio en interiores o lugares públicos con calidad del aire monitoreada si no puede mejorar la calidad del aire en su hogar.
- Si no puede mantener su casa fresca en días calurosos y con humo, utilice lugares públicos con aire acondicionado.
- Elija alternativas a las actividades familiares al aire libre. Si la calidad del aire no es saludable, elija actividades de ejercicio en interiores para limitar el tiempo al aire libre.



Yakima Health District

Verifique las condiciones de la calidad del aire antes de viajar o asistir a eventos al aire libre.

- Use adecuadamente una máscara respiratoria etiquetada como N95 o N100, si corresponde. Las personas que deben estar al aire libre durante períodos prolongados en el aire con humo pueden beneficiarse de usar una de estas máscaras, si se usan correctamente. Estas máscaras no se recomiendan para niños o personas con barba.
- Reubíquese si la calidad del aire es peligrosa.

Cita

“Es mejor mantenerse informado y preparado durante la temporada de incendios forestales. Verifique la calidad del aire en su área y tome medidas adicionales para mantenerse a usted y a su familia seguros del humo. Además, utilice espacios públicos abiertos con aire acondicionado, como el centro comercial o las bibliotecas públicas, si necesita protegerse del calor.” -Nathan Johnson, Coordinador de Respuesta a Emergencias Local, Distrito de Salud de Yakima

Información adicional:

[Aviso Sobre la Calidad del Aire de Washington](#)

[Departamento de Salud del Estado de Washington: Humo de Incendios](#)

[Infografía sobre las condiciones de la calidad del aire](#)

###