

CÓMO PUEDES

# SER INTELIGENTE SOBRE EL HUMO

Cada año, los incendios forestales amenazan nuestros hogares y comunidades, y su humo impacta nuestra salud. Si huele a humo o ves ceniza en el aire, sigue estos consejos para protegerte.

## MONITOREAR LA CALIDAD DEL AIRE

El primer paso para protegerte mejor del humo de los incendios forestales es saber en qué medida afecta el humo la calidad del aire en tu zona. La calidad del aire puede monitorearse desde los siguientes sitios web.

- **AirNow App:** Haz seguimiento de la calidad del aire en cualquier lugar y visualiza un mapa de incendios y humos en vivo
- **AlertWildFire.org:** Accede a videos en vivo de las zonas afectadas por el fuego y el humo

## CUANDO HAY HUMO

### HACÉ

- ✓ **Sigue las instrucciones de las autoridades locales para mantener tu seguridad y la de tu familia.**
- ✓ **Permanezca en el interior con las puertas y ventanas cerradas.** Haz funcionar el aire acondicionado con la entrada de aire fresco cerrada ("modo de recirculación") para evitar que el humo llegue al interior.
- ✓ **Utiliza un purificador de aire portátil para reducir la contaminación del aire interior.**
- ✓ **Reduce el humo en tu vehículo.** Cierra las ventanas y las rejillas de ventilación y pon el aire acondicionado en modo de recirculación.
- ✓ **Sigue los consejos de tu proveedor de atención médica.**

### NO

- ✗ **No confíes en máscaras antipolvo o bandanas para protegerte contra el humo.** Una mascarilla de respiración N95 puede protegerte si se ajusta bien a tu cara y se usa correctamente. Estas no son recomendables para niños.
- ✗ **No contribuya a la contaminación del aire interior.** No enciendas velas ni uses gas, propano, hornos de leña, chimeneas o aerosoles. No freír ni asar carne, fumar productos de tabaco ni aspirar. Todos estos pueden aumentar la contaminación del aire en interiores.

