



## AVISO DE SALUD DE HUMO

24 de octubre de 2019

Debido al incendio de Kincade, puede haber partes del norte del condado de Sonoma donde las condiciones de calidad del aire **NO SON SALUDABLES**. Los cambios de viento y las condiciones de incendios hacen que la calidad del aire sea impredecible. Esperamos que las condiciones de la calidad del aire mejoren después de que cambie el clima. Este aviso de salud permanecerá vigente hasta que la calidad del aire mejore de manera significativa y constante.

Es posible que algunas personas puedan comenzar a experimentar algunos efectos adversos para la salud, y es probable que los miembros de grupos sensibles puedan experimentar efectos más graves. **Los niños, las mujeres embarazadas, las personas mayores y las personas con condiciones respiratorias como el asma, las enfermedades pulmonarias y las enfermedades cardíacas tienen mayor riesgo de sufrir daños.** Las personas con problemas de salud deben:

- Comunicarse con su proveedor médico si tiene inquietudes con respecto a su estado de salud.
- Las personas con enfermedades cardíacas o pulmonarias, adultos mayores, personas embarazadas y niños deben evitar el esfuerzo prolongado o intenso, y deben reprogramar las actividades al aire libre o trasladarlas a otro lugar.
- La materia particulada en el aire puede provocar respiración cortada en quienes sufren de asma, enfisema, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y otras afecciones respiratorias.
- Las personas asmáticas deben seguir su plan de manejo del asma.
- Tenga a la mano medicamentos adicionales por lo menos para dos semanas. Esté preparado con planes para tratar el asma o la diabetes cuando haya humo.
- Las personas deben comunicarse con su médico si tienen tos, desaliento u otros síntomas que crean que sean causados por el humo. Las personas preocupadas deben consultar a su médico para obtener recomendaciones personalizadas.

Tanto como sea posible, todos deberían limitar su tiempo al aire libre, especialmente si hay olor a humo. Proteja su salud siguiendo estos hábitos saludables:

- Limite su tiempo afuera y quédese adentro lo más posible.
- Si es posible, busque refugio en edificios con aire filtrado o muévase a áreas fuera de la región menos afectadas por el humo de los incendios forestales hasta que los niveles de humo disminuyan.
- Reduzca la exposición al aire humeante manteniendo cerradas las ventanas y puertas a menos que haga mucho calor afuera.
- Configure las unidades de aire acondicionado y los sistemas de ventilación del automóvil para que vuelvan a circular para evitar que el aire exterior se mueva hacia adentro.
- Haga funcionar el aire acondicionado de su casa o automóvil reciclando o recirculando. Mantenga cerrada la entrada de aire fresco y el filtro limpio para evitar que ingrese humo adicional.
- Debido a las graves condiciones de calidad del aire, los residentes deben evitar agregar contaminación del aire adicional al reducir la quema de leña, no cortar el césped ni soplar hojas, conducir o prender las parillas de afuera.
- No existe evidencia clara de que el uso de mascarillas de respiración N-95 por parte de miembros del público en general sea beneficioso para la salud de un individuo durante eventos de calidad del aire de

humo de incendios forestales, y podría haber daños. Si tiene preguntas sobre el uso personal de las mascarillas de respiración N-95, comuníquese con su médico.

Siga la tendencia de la calidad del aire en este sitio: <https://www.purpleair.com/map#7.79/38.272/-122.006>. Tenga en cuenta que los monitores que proporcionan datos a este sitio no se calibran de forma rutinaria y los expertos en calidad del aire indican que los datos de estos monitores "funcionan alto".

Aquí se encuentran los datos del monitor de Sebastopol del Distrito de Gestión de la Calidad del Aire del Área de la Bahía (BAAQMD), que esta mantenido por expertos en calidad del aire:

<http://www.baaqmd.gov/about-air-quality/current-air-quality/air-monitoring-data/?DataViewFormat=daily&DataView=aqi&StartDate=11/13/2018&ParameterId=316#/air-quality-home>

#### Otros Recursos

- NSCAPCD: <http://aqnow.sonoma-county.org/AirVision/>
- BAAQMD: <http://www.baaqmd.gov/>
- EPA: <https://www.airnow.gov/>
- CDC: <https://www.cdc.gov/features/wildfires/index.html>

Cuando verifique el AQI, tenga en cuenta que los monitores certificados federales en el sitio AirNow Fires de la EPA son más precisos (pero tienen un retraso de actualización de 2-3 horas), y que PurpleAir es bueno para ver tendencias direccionales y cambios a lo largo del tiempo, pero se sabe que sobre estima mediciones en condiciones de humo.