

# Protéjase en los días de humo

## ANTES DE UN EVENTO



### Planifique.

Identifique lugares públicos en su comunidad que tengan un aire más limpio y fresco. Recuerde que el calor también es peligroso.



### Piense en su salud.

¿Tiene usted algún problema de salud? Hable con su doctor sobre cómo puede protegerse cuando haya humo.



### Prepare su hogar.

Reemplace las ventanas con fugas de aire y séllelas. Considere comprar un purificador de aire HEPA.

## DURANTE EL EVENTO



### Permanezca en interiores.

Es la mejor manera de defenderse del aire de mala calidad. Mantenga las ventanas y puertas cerradas. Quédese en casa o vaya a un lugar con aire más limpio.



### Infórmese.

Inscríbase para recibir alertas en su área. Los niveles de humo en su área pueden subir y bajar rápidamente.



### ¿Y las mascarillas?

Usar un respirador N-95 no sustituye el estar en interiores. ¿No tiene otras opciones?

**Aquí tiene algunos datos que debe tomar en cuenta:**



**Los respiradores N-95 deben ser de tamaño correcto y llevarse bien puestos.**



**Los respiradores N-95 no son seguros para niños.**



**Los respiradores N-95 Pueden ser peligrosos para las personas con condiciones cardiacas o pulmonares.**

Si el respirador N-95 le hace sentirse mejor, póngaselo. Si se siente peor, ¡no se lo ponga! Los respiradores N-95 no son para todo el mundo.

# Si no está seguro, busque refugio en interiores.