

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.