

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

17 de agosto 2023

PARA: Escuelas del Condado de Grant,
Liderazgo de la Ciudad, Medios de
Comunicación del Condado de Grant**PARA INFORMACIÓN, PÓNGASE EN
CONTACTO CON**Lexi Smith | Coordinadora de Comunicación
509-766-7960 EXT. 31
lsmith@granthealth.orgStephanie Shopbell | Gerente de Salud
Medioambiental
509-766-7960 EXT. 41
sshopbell@granthealth.org

Aviso de Calidad del Aire para la Salud

CONDADO DE GRANT, WA - El Distrito de Salud del Condado de Grant (GCHD) está emitiendo el siguiente Aviso de Salud sobre la Calidad del Aire para todas las áreas del Condado de Grant. Los sitios de monitoreo del aire anticipan una mayor disminución de las condiciones de calidad del aire en el condado de Grant mientras los incendios forestales de Washington y Columbia Británica siguen afectando a la región. Se espera que la calidad del aire se mantenga entre "Moderada" y "Insalubre" durante el fin de semana.

Grupos Sensibles - La mala calidad del aire y la inhalación del humo de los incendios forestales no son saludables para todas las personas, pero pueden afectar significativamente a los grupos de alto riesgo. Entre los grupos de alto riesgo (sensibles) se encuentran las personas con asma y otras enfermedades pulmonares, bebés, adultos mayores, mujeres embarazadas, niños y jóvenes. Los niveles de contaminantes que no afectan a las personas sanas pueden causar dificultades respiratorias a estas personas.

Exposición al Humo - El humo de los incendios forestales es una mezcla de gases y partículas finas que se desprenden al arder. Además de quemar los ojos, estas partículas finas y gases pueden ser inhalados profundamente hacia los pulmones e incluso llegar al flujo sanguíneo. Esto dificulta la respiración y puede empeorar otras enfermedades crónicas.

Recomendaciones - Para reducir los riesgos, el Distrito de Salud del Condado de Grant recomienda lo siguiente:

- Revise diariamente las condiciones de la calidad del aire. Siga las recomendaciones de salud que se encuentran en el Índice de Calidad del Aire.
 - <http://wasmoke.blogspot.com>
- Mantenga el aire interior lo más limpio posible. Minimice el uso de contaminantes del aire interior como velas, incienso y estufas de leña.
- Considere la posibilidad de utilizar filtros con una clasificación MERV-13 o superior. Los filtros MERV-13 son los mejores para filtrar las partículas del humo de los incendios forestales, pero puede que no sean compatibles con todos los sistemas de calefacción,

ventilación y aire acondicionado. Lo mejor es consultar el manual del sistema o a un profesional de HVAC antes de realizar cambios.

- Utilice los controles "Recircular" y "Encendido" en lugar de "Automático".
- También puede utilizar un purificador de aire portátil HEPA en una o más habitaciones.
- Vigile rutinariamente a niños/jóvenes, ancianos y amigos y familiares con problemas respiratorios cuando la calidad del aire exterior sea insalubre durante largos periodos de tiempo.
- Siga los consejos de su médico u otro proveedor de atención médica sobre los medicamentos y su plan de control respiratorio si padece de asma u otra enfermedad que afecte a los pulmones.

Una mascarilla N95 bien ajustada y utilizada correctamente puede proporcionar cierta protección contra el humo de los incendios forestales en el exterior. Una mascarilla antipolvo o quirúrgica **NO** lo protegerá de las partículas finas presentes en el humo de los incendios forestales. Para obtener más información sobre el uso de mascarillas de respiración durante los períodos de humo, consulte la hoja informativa del Departamento de Salud sobre el humo de los Incendios Forestales y las Mascarillas [Wildfire Smoke and Masks](#)

Evite conducir, siempre que sea posible. Si tiene que conducir, mantenga las ventanas cerradas. Utilice el aire acondicionado del vehículo y ponga la filtración en recirculación. La mayoría de los vehículos pueden recircular el aire interior, lo que ayudará a mantener el aire ahumado fuera. Es posible que tenga que pasar de recircular el aire a hacer que entre aire fresco periódicamente. El humo también puede afectar la visibilidad.

Para más recomendaciones y preguntas frecuentes, visite la página sobre humo e Incendios Forestales del Departamento de Salud del Estado de Washington: <https://doh.wa.gov/community-and-environment/air-quality/smoke-fires>

Guía Escolar - El 30 de junio, el Departamento de Salud publicó una guía actualizada sobre las "Actividades para niños y jóvenes de Washington relacionadas con la calidad del aire". Ver el PDF revisado, [click here](#).

Tabla 1. Índice de Calidad del Aire: Efectos sobre la Salud y Medidas a Tomar

Visibilidad en Millas	Índice de Calidad del Aire	Categoría de Salud	Efectos Sobre la Salud y Medidas a Tomar
10 o mas	0-50	Bueno	Ninguno
5-10	51-100	Moderado	Personas con asma, infecciones respiratorias, diabetes, enfermedades pulmonares o cardíacas, o que hayan sufrido un derrame cerebral, deben limitar las actividades al aire libre o realizar actividades que requieran menos esfuerzo, como caminar en lugar de correr.
3-5	101-150	Insalubre para Grupos Sensibles	Entre los grupos sensibles se encuentran las personas con enfermedades cardíacas o pulmonares, asma, diabetes, bebés, niños, adultos mayores de 65 años, mujeres embarazadas o que hayan sufrido un derrame cerebral. Estas personas deben limitar el tiempo que pasan al aire libre.
1.5-3	151-200	Insalubre	<u>Todos deben limitar el tiempo que pasan al aire libre.</u> Todos deben evitar hacer ejercicio al aire libre (incluyendo los equipos deportivos) y elegir actividades no extenuantes en interiores. Las personas con asma, infecciones respiratorias, diabetes, enfermedades pulmonares o cardíacas, o que hayan sufrido un derrame cerebral, deben permanecer en interiores. Los bebés, los

			niños, las mujeres embarazadas y los adultos mayores de 65 años también deben permanecer en interiores.
1-1.5	201-300	Muy Insalubre	<u>Todos deben permanecer en casa, realizar sólo actividades ligeras y mantener las ventanas cerradas si no hace demasiado calor.</u> Ponga el aire acondicionado en recirculación y cierre la entrada de aire exterior. Utilice purificadores de aire interiores con filtros HEPA, si dispone de ellos. <u>Si tiene que estar al aire libre, lleve una mascarilla respiratoria N-95.</u> Las personas con enfermedades crónicas deben consultar a su médico antes de utilizar una mascarilla. Las personas con asma, enfermedades pulmonares y cardíacas, o que hayan sufrido un derrame cerebral deben consultar a su proveedor de atención médica para que les indique si deben abandonar la zona. Cualquier persona con dificultad para respirar, sibilancias, dolor en el pecho, palpitaciones del corazón, fatiga extrema, o dificultad para moverse o hablar debe llamar a su proveedor de atención médica o llamar al 911.
1 or less	301-500	Peligroso	Todos deben permanecer en casa, realizar sólo actividades ligeras y mantener las ventanas cerradas si no hace demasiado calor. Vea, " Muy Insalubre arriba " y siga las recomendaciones.

###