

**PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA
8/18/2023**

PARA: Proveedores de Atención Médica,
Escuelas, Ciudades y Oficiales del
Condado de Grant Co.

PARA INFORMACION CONTACTE A

Stephanie Shopbell | Gerente de Salud Ambiental
sshopbell@granthealth.org

Aviso para la Salud sobre la Calidad del Aire

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.

Anticipamos una situación persistente de mala calidad del aire o una mayor disminución de las condiciones de calidad del aire en el Condado de Grant como los incendios forestales en Washington y Columbia Británica siguen afectando a la región. Se espera que la calidad del aire permanezca en el rango de "Moderado" a "Insalubre" durante el fin de semana.

El GCHD ruega encarecidamente a los proveedores de atención médica que tengan en cuenta el impacto de la exposición al humo en los pacientes que residen en zonas afectadas por el humo de los incendios forestales, con especial énfasis en las personas más susceptibles de sufrir complicaciones. Siga los principios clínicos pertinentes al evaluar a los pacientes expuestos al humo, por ejemplo el [Advanced Trauma Life Support \(ATLS\)](#) en pacientes que hayan pasado tiempo en las proximidades del origen del incendio y presenten signos de inhalación de humo o lesiones térmicas.

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, las que padecen condiciones cardíacas, los bebés, personas mayores, mujeres embarazadas, niños y jóvenes. La exposición al humo, con frecuencia mínimamente sintomática en personas sanas, puede causar dificultades respiratorias en individuos sensibles y/o exacerbar condiciones respiratorias, metabólicas y cardiovasculares como el asma, la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la cardiopatía isquémica y la insuficiencia cardíaca congestiva.

Signs & Symptoms – Las [señales y síntomas](#) agudos de la exposición al humo pueden incluir dolor de cabeza, irritación de ojos y membranas mucosas, disnea (dificultad para respirar), tos, resuello, dolor en el pecho, palpitaciones y fatiga.

Reducir el Riesgo - Los proveedores de atención médica deben aconsejar a los pacientes sobre estrategias para evitar o reducir la exposición al humo, especialmente a las personas con mayor riesgo.

El Distrito de Salud del Condado de Grant recomienda las siguientes medidas de mitigación para todos los residentes del Condado de Grant durante el tiempo de mala calidad del aire:

- Revise diariamente las condiciones de calidad del aire. <http://wasmoke.blogspot.com>

Siga las recomendaciones de salud que se encuentran en el Índice de Calidad del Aire,

incluyendo minimizar el tiempo que pasa en aire insalubre. Las medidas a tomar se incluyen en las tablas siguientes.

- Mantenga el aire interior lo más limpio posible. Reduzca al mínimo el uso de contaminantes del aire interior como velas, incienso y estufas de gas o leña.
- En casa, instale filtros con una clasificación MERV-13 o superior. Estos filtros 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.
 - o Utilice los ajustes "Recircular" y "Encendido" en lugar de "Automático".
 - o También puede utilizar un purificador de aire portátil HEPA en una o varias habitaciones.
- Revise con frecuencia a los niños/jóvenes, ancianos y amigos y familiares que tengan 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 sus pulmones.
- Cuando esté al aire libre, utilice una mascarilla con filtro (generalmente N95 o, si no está disponible, KN95) si la tolera.

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** le 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 periodos de humo, consulte la página del DOH [Wildfire Smoke and Masks](#).

Evite conducir, siempre que sea posible. Si tiene que conducir, mantenga las ventanillas 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 respirar 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>

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

Visibilidad en Millas	Índice de Calidad de Aire	Categoría de Salud	Efectos sobre la Salud y Medidas a Tomar
10 o mas	0-50	Bueno	Ninguno
5-10	51-100	Moderado	Las personas con asma, infecciones respiratorias, diabetes, enfermedades pulmonares o cardíacas, o que hayan sufrido un infarto, 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 infarto. Estas personas deben limitar el tiempo que pasan al aire libre.
1.5-3	151-200	Insalubre	Todos deben limitar el tiempo que pasan al aire libre. Todos deben evitar hacer ejercicio al aire libre (incluyendo los equipos deportivos) y elegir actividades no fatigosas en interiores. Las personas con asma, infecciones respiratorias, diabetes, enfermedades pulmonares o cardíacas, o que hayan sufrido un infarto 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	Todos deben permanecer en casa, realizar sólo actividades ligeras y mantener las ventanas cerradas si no hace demasiado calor. 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. Si tiene que estar al aire libre, lleve una mascarilla respiratoria N-95. 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 infarto, deben consultar a su proveedor de atención médica para que les aconseje si deben abandonar el área. Cualquier persona con dificultad para respirar, resuello, dolor en el pecho, palpitaciones, 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.

Recursos Adicionales para los Oficiales de Ciudades, Condados y Escuelas.

[Guía actualizada para "Washington Children and Youth Activities for Air Quality"](#)
[Summary Wildfire Smoke Guidance for Canceling Outdoor Events or Activities](#)

Tabla 1. Guía de Calidad del Aire de Washington para Actividades en Escuelas y Guarderías (WA DOH)

Índice de calidad del aire exterior (AQI, por su sigla en inglés): PM2.5					CONSIDERACIONES ADICIONALES
Duración de la actividad	Buena (AQI de 0-50)	Moderada (AQI de 51-100)	Dañina para grupos sensibles (AQI de 101-150)	Dañina, muy dañina o peligrosa (AQI de ≥151)	
De 15 min a 1 hora (p. ej., recreo, Educación Física y clases que habitualmente se realizan afuera)	Sin restricciones.	Permita que los niños y jóvenes con afecciones se abstengan de participar o se queden adentro. Limite la intensidad de las actividades de estos niños y jóvenes si es necesario.	Limite las actividades al aire libre a una intensidad moderada. En el caso de los niños y jóvenes con afecciones médicas, limite aún más la intensidad o traslade las actividades a un lugar con una calidad del aire más segura si es necesario.	Cancele las actividades al aire libre o trasládelas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea un espacio cerrado con aire filtrado o una ubicación diferente. Limite las actividades en espacios cerrados a una intensidad baja si los niveles de PM2.5 internos se elevan.	<p>Cierre puertas y ventanas cuando traslade las actividades a un espacio cerrado. Preste atención al calor.</p>
1-4 horas (p. ej., prácticas y eventos deportivos)	Sin restricciones.	Permita que los niños y jóvenes con afecciones se abstengan de participar o se queden adentro. Limite la intensidad de las actividades de estos niños y jóvenes si es necesario.	Limite las actividades a una intensidad leve o a una hora de duración en total con intensidad moderada. Si no puede modificar el nivel de intensidad y el tiempo, considere cancelar las actividades al aire libre o trasládelas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea un espacio cerrado o una ubicación diferente. En el caso de los niños y jóvenes con afecciones médicas, limite aún más el tiempo o la intensidad si es necesario.	Cancele las actividades al aire libre o trasládelas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea un espacio cerrado con aire filtrado o una ubicación diferente. Limite las actividades en espacios cerrados a una intensidad baja si los niveles de PM2.5 internos se elevan.	<p>La filtración del aire en espacios cerrados puede reducir los niveles internos elevados de PM2.5. Consulte el anexo C. Para medir los niveles internos de PM2.5, consulte el anexo B.</p>
>4 horas (p. ej., clases o programas al aire libre, campamentos diurnos o nocturnos)	Sin restricciones.	Traslade a los niños y jóvenes con afecciones médicas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea a un espacio cerrado o a una ubicación diferente si es necesario. Permita que los niños y jóvenes con afecciones se abstengan de participar o se queden adentro y limite la intensidad de las actividades.	Limite las actividades a una intensidad leve y menos de 4 horas de duración en total. Si no puede modificar el nivel de intensidad y el tiempo, cancele las actividades al aire libre o trasládelas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea un espacio cerrado o una ubicación diferente. En el caso de los niños y jóvenes con afecciones médicas, limite aún más el tiempo o la intensidad si es necesario.	Cancele las actividades al aire libre o trasládelas a un lugar con una calidad del aire más segura, ya sea un espacio cerrado con aire filtrado o una ubicación diferente. Limite las actividades en espacios cerrados a una intensidad baja si los niveles de PM2.5 internos se elevan.	<p>Considere el tiempo de traslado en la duración de la actividad.</p> <p>Todos los niños y jóvenes de 18 años o menos se consideran un grupo sensible. Las afecciones incluyen, entre otras, asma y otras enfermedades pulmonares, enfermedades cardíacas, diabetes e infecciones respiratorias (p. ej., VRS y neumonía).</p>

Fuente de Comunicado de Prensa: CDC [Health Alert Network \(HAN\) - 00495 | HAN Title \(cdc.gov\)](https://www.cdc.gov)