

El humo y la salud de su familia

El humo de los incendios forestales, estufas de leña o pellet, quemas agrícolas e incendios planeados pueden dañar la salud y el bienestar de sus hijos.

MALA CALIDAD DEL AIRE

La mala calidad del aire puede causar...

- Picazón en los ojos, garganta y nariz.
- Tos, sibilancia y dificultad para respirar.
- Ataques de asma.
- Pecho apretado o mareos.
- Infecciones respiratorias, como neumonía.

¿Cómo sé que la calidad del aire está mala?

- Ponga atención a los informes de noticias relacionados a incendios y humo.
- Consulte con su agencia local de aire limpio para saber si la calidad del aire está mala, como airnow.gov.

Para más información, visite:

PEHSU.net

DOH.WA.gov/smokefromfires

WAburnbans.net

Contacte el Northwest PEHSU

1-800-KID-CHEM

pehsu@uw.edu

DEOHS.Washington.edu/PEHSU

¿CÓMO PUEDE PROTEGER A MIS HIJOS

Durante incendios

- Quédese en el interior.
- Mantenga el aire del interior limpio: visite DOH.WA.gov/smokefromfires para recomendaciones.
- Vaya a su biblioteca local; a menudo estas ellas tienen aire limpio.
- Visite amigos o familia que vive en áreas con una mejor calidad del aire.
- Obtenga asistencia médica si su hijo tiene síntomas.
- Siga las órdenes de evacuación.

Al regresar a las áreas de los incendios?

- Solo regrese a las áreas quemadas si las autoridades lo recomiendan.
- No permita que los niños o las mascotas jueguen en las cenizas.
- Mantenga a los niños fuera del área durante la limpieza.
- Humedezca el polvo para limpiar las cenizas y lave bien las frutas y verduras.
- Si hay cenizas en sus niños: limpie la piel con agua y jabón, y cámbiese de ropa.
- Evite los peligros, como líneas eléctricas caídas o escombros.
- Tenga en cuenta que hay mayor riesgo de inundaciones después de incendios.



Illustrations: PEHSU, Dibas/iStock/Thinkstock, Oleksandr Kyrlyov/iStock/Thinkstock



DEPARTMENT OF
ENVIRONMENTAL & OCCUPATION HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF WASHINGTON SCHOOL OF PUBLIC HEALTH

