

Consulte las condiciones del aire en ecology.wa.gov/WAQA



BUENA

La contaminación del aire es baja. No hay riesgo para la salud.

¡Disfrute del aire libre!



MODERADA

Las personas con problemas de salud deben reducir el tiempo que pasan al aire libre y deben evitar actividades al aire libre que requieren esfuerzo.

Sus síntomas podrían empeorar.



DAÑINA PARA GRUPOS SENSIBLES

Todas las anteriores y:

Todos los grupos sensibles deben reducir el tiempo que pasan al aire libre. Los síntomas de las personas con problemas de salud podrían empeorar.

Más personas sanas podrían tener síntomas.



DAÑINA PARA TODOS

Todos, en especial los grupos sensibles, deben reducir el tiempo y las actividades al aire libre, y hacer únicamente actividades livianas en interiores.



MUY DAÑINA PARA TODOS

Todos deben permanecer en interiores y evitar las actividades agotadoras, cerrar las puertas y ventanas si no hace demasiado calor, configurar el aire acondicionado para que el aire recircule y, si es posible, usar un filtro de aire HEPA (por su sigla en inglés, de partículas de aire de alta eficiencia).



PELIGROSA PARA TODOS

Todas las anteriores y:

Las personas con problemas de salud deben preguntarle a su médico si deberían abandonar el área y si deberían usar una mascarilla respiratoria colocada correctamente.

* Esté atento a las prohibiciones de quema y las órdenes de evacuación.

GRUPOS SENSIBLES:

- Personas con problemas de salud, incluidos los siguientes casos:
 - Personas con asma, EPOC, diabetes y otras enfermedades del corazón o los pulmones
 - Personas con enfermedades respiratorias y resfriados
 - Personas que sobrevivieron derrames cerebrales
- Niños menores de 18 años y adultos mayores de 65
- Personas que tuvieron derrames cerebrales
- Mujeres embarazadas
- Fumadores

ESTOS SON LOS SÍNTOMAS:

- Ojos llorosos o secos
- Tos/respiración sibilante
- Irritación de la garganta y los senos paranasales
- Flema
- Dificultad para respirar
- Dolores de cabeza
- Latidos irregulares
- Dolor en el pecho

Si tiene síntomas graves, ¡acuda al médico de inmediato!

La contaminación del aire proveniente de polvo, vehículos, estufas a leña, incendios forestales e industrias puede dañar la salud.

*Para obtener más información y elegir la mascarilla respiratoria adecuada, visite doh.wa.gov/smokefromfires.