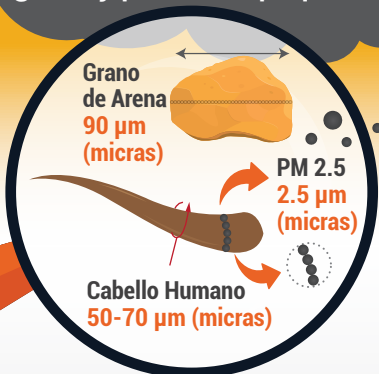


¡EL HUMO DE LOS INCENDIOS FORESTALES ES PELIGROSO PARA LA SALUD!

El humo de los incendios forestales es una mezcla de gases y partículas pequeñas.



Las partículas más preocupantes se llaman PM 2.5. Estas partículas miden 2.5 micras o menos y son mucho más pequeñas que un grano de arena. Cuando se inhalan las partículas pueden entrar profundamente a los pulmones y entrar a la sangre.

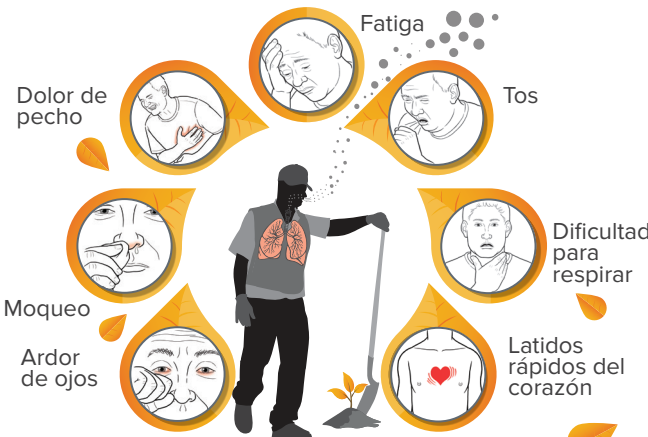
ÍNDICE DE CALIDAD DEL AIRE PM2.5

El índice de calidad del aire, o AQI por sus siglas en inglés, muestra el nivel de contaminación del aire. Los valores van del 0 (aire limpio y saludable) a 500 (aire peligroso). Si está por debajo de 100, la calidad del aire se considera satisfactoria. Puede revisar el AQI actual en su localidad específica en: www.AirNow.gov.

301-500	Peligroso
201-300	Muy Insalubre
151-200	Insalubre
101-150	Insalubre para grupos sensibles
51-100	Moderado
0-50	Bueno

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS EN LA SALUD DEL HUMO DE LOS INCENDIOS FORESTALES?

Síntomas a corto plazo



Efectos a largo plazo

- Función pulmonar reducida
- Bronquitis crónica
- Empeoramiento del asma
- Fallo cardíaco

Algunas personas tienen mayor riesgo, incluyendo los adultos mayores de 65 años o personas con condiciones cardíacas y pulmonares.

¡UN RESPIRADOR PUEDE PROTEGER SU SALUD!



¡Recuerde!



Un respirador N95 puede filtrar las partículas dañinas.



Si el AQI está en 151 o más, los empleadores, deben proporcionar un respirador nuevo. Para tener un ajuste efectivo, el respirador debe formar un buen sello con la piel de su cara. Los trabajadores deben estar bien afeitados. Consulte con un médico si está embarazada o tiene una condición preexistente.



Cuando el AQI está en 500 o más, el uso de respirador es obligatorio.

CONOZCA SUS DERECHOS

Su empleador tiene la obligación legal de:



Revisar el AQI a lo largo del día y comunicarlo a las y los trabajadores.



Proporcionar capacitación sobre los síntomas de la exposición al humo, cómo el empleador protegerá a las y los trabajadores, y el plan de emergencia si las y los trabajadores se enferman.



Tomar medidas adicionales cuando el AQI para PM 2.5 esté en 151 o más, incluyendo:

- ✓ proveer respiradores N95 aprobados por NIOSH,
- ✓ reducir la intensidad física del trabajo para que sea menos probable que las y los trabajadores inhalen contaminantes,
- ✓ informar a las y los trabajadores sobre cómo avisar si no se sienten bien,
- ✓ reubicar el trabajo a áreas con aire más limpio o aire filtrado,
- ✓ cambiar los horarios de trabajo para reducir la exposición,
- ✓ proporcionar más descansos.

*Si tiene síntomas como dificultad para respirar, mareos o náuseas, busque ayuda médica de inmediato.

Para aprender más sobre la norma de Cal/OSHA sobre el humo de incendios forestales:

ESCANEAR

