



# Comunicado de Prensa

**Para publicación inmediata:** 31 de agosto de 2022

(22-132-español)

**Contacto:** [Comunicaciones del DOH](#)

## **Medidas preventivas que puede tomar ahora para lidiar con el humo de los incendios forestales**

*Para protegerse y proteger a su familia, es fundamental que se prepare con anticipación.*

**OLYMPIA.** El estado de Washington se encuentra en medio de la temporada de incendios forestales y, si bien hasta ahora hemos tenido un clima templado, es importante que esté preparado para protegerse y proteger a su familia del humo de los incendios antes de que llegue.

Cuando hay humo afuera, la mejor forma de proteger a todos, incluidas las mascotas, es permanecer adentro y mantener el aire interior lo más limpio posible.

Medidas preventivas que puede tomar ahora de cara a la llegada del humo:

- Repase las condiciones actuales y previstas de los incendios forestales y del humo en el [blog Washington Smoke](#), en el cual se supervisa la calidad del aire en todo el estado.
- Compre un filtro de aire HEPA (por su sigla en inglés, recogedor de partículas de alta eficiencia), el cual filtrará el humo y permitirá mantener [más limpio el aire de las habitaciones](#) en las que puede permanecer cuando hay humo afuera. También puede [fabricar un purificador de aire casero con un ventilador de caja](#) como una opción más económica. Es fundamental que planifique con anticipación y compre los suministros antes porque, a menudo, se agotan rápido cuando hay humo afuera.
- Puede ser difícil mantener el ambiente fresco en las habitaciones cuando las ventanas están cerradas. A fin de prepararse para un caso así, descubra cómo [refrescar los espacios interiores sin aire acondicionado](#).

Preparación para lidiar con el humo de los incendios forestales

31 de agosto de 2022

Página 2

La exposición al humo de los incendios puede causar varios problemas de salud, ya sean leves o más graves. A menudo, las personas con afecciones preexistentes presentan los peores síntomas, pero el humo es perjudicial para todos. Entre los síntomas, se incluyen irritación en los ojos, tos, irritación en la nariz y la garganta, dolor de cabeza, fatiga, sibilancia y dificultad para respirar, latidos irregulares y dolor en el pecho.

Revise las restricciones o advertencias antes de prender fuego al aire libre. Las temperaturas altas y la sequía aumentan el riesgo de que se produzcan incendios forestales.

Para obtener más información acerca de cómo protegerse y proteger a quienes lo rodean cuando hay humo de los incendios forestales en el ambiente, visite la [página web sobre el humo de los incendios](#) del DOH (por su sigla en inglés, Departamento de Salud del estado de Washington).

El [sitio web del Departamento de Salud](#) es su fuente para una dosis saludable de información. Encuétranos en [Facebook](#) y síganos en [Twitter](#) (solo en inglés). Suscríbase también al blog del Departamento de Salud, [Bienestarwa](#).

###