



DEPARTMENT OF
HEALTH AND HUMAN SERVICES

Promoting and protecting health, well-being, self-sufficiency, and safety of all in Marin County.



AVISO DE SALUD PÚBLICA

12 de octubre de 2017

Grant Nash Colfax, MD
DIRECTOR

Matthew Willis, MD, MPH
PUBLIC HEALTH OFFICER

Lisa M. Santora, MD, MPH
DEPUTY PUBLIC HEALTH OFFICER

3240 Kerner Boulevard
San Rafael, CA 94901
415 473 4163 T
415 473 2326 F
415 473 3232 TTY
www.marincounty.org/hhs

Incendios en el norte de California afectan la calidad del aire de Marin: Consejos de salud para los residentes de Marin

Los incendios múltiples que arden actualmente en los condados de Napa, Sonoma y otros del norte están afectando la calidad de nuestro aire y han creado un posible peligro para la salud en el condado de Marin.

Para el público en general:

Por favor tenga en cuenta que debido a los vientos cambiantes y la expansión descontrolada de los incendios, la calidad del aire de puede cambiar drásticamente en un corto período de tiempo.

El humo de los incendios puede afectar la salud. Los síntomas más comunes son irritación de los ojos y la garganta, tos y dificultad para respirar. Siga estas precauciones para proteger su salud, y las personas que tengan problemas de salud, sobretodo afecciones cardíacas o respiratorias, deben extremar precauciones:

- Minimizar las actividades al aire libre
- Permanecer en interiores con las ventanas y las puertas cerradas tanto como sea posible
- No activar ventiladores que introduzcan el aire con humo del exterior
- Usar su aire acondicionado sólo si no introduce humo del exterior
- Considerar abandonar el área hasta que las condiciones de humo mejoren si tiene síntomas relacionados con la exposición al humo

Para trabajadores al aire libre:

- Limitar el esfuerzo
- Tomar descansos frecuentes
- Si no se puede evitar la actividad al aire libre, las máscaras apropiadas (por ejemplo las máscaras N95) pueden proteger contra la exposición dañina.
- Consultar con su empleador si tiene preocupaciones específicas

Para escuelas:

- Se deben imitar las actividades al aire libre
- Se deben mantener cerradas las ventanas y puertas tanto como sea posible

- Cuando la calidad del aire es insalubre, las actividades como prácticas o eventos deportivos deben ser canceladas o reprogramadas
- Estar alerta a los síntomas y tomar las medidas necesarias
- Los estudiantes con asma deben seguir su plan de acción contra el asma y tener a la mano su medicina de alivio rápido

Cuándo buscar atención médica:

Comuníquese con su profesional de la salud si tiene los siguientes síntomas que no mejoran después de meterse bajo techo o moverse a un ambiente con buena calidad del aire.

- Falta de aliento o problemas para respirar
- Respiración ruidosa
- Dolor o opresión en el pecho
- Palpitaciones
- Náusea o fatiga inusual
- Mareo y/o sensación de desmayo

Como siempre, si usted o alguien que usted conoce tiene una emergencia, llame al 9-1-1.

Siga a @MarinHHS para las últimas noticias

Para obtener información actualizada sobre incendios en California, consulte: <http://www.calfire.ca.gov/>

Para obtener información actualizada sobre la calidad del aire en el Área de la Bahía, consulte: <http://www.baaqmd.gov/>