

# ¿Qué puedo hacer ahora para proteger a mi familia del humo de los incendios forestales?

Utilice esta lista de preparación para prepararse ante los incendios forestales y mejorar la calidad del aire interior de su hogar.

El aire exterior, incluyendo las partículas finas del humo de los incendios forestales, puede entrar en su casa a través de ventanas y puertas abiertas, ventiladores (como los extractores del baño o la cocina), sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado (CVA o en inglés, HVAC) con entradas de aire fresco, y pequeñas aberturas, uniones, grietas o huecos alrededor de ventanas y puertas cerradas. Esta lista de preparación le ayudará a prepararse para el humo de los incendios forestales y a mejorar la calidad del aire interior de su hogar.

**Lista de preparación para el humo de incendios forestales:**

- Suscríbase a las alertas locales y manténgase informado:** Sepa cómo recibirá alertas y avisos de salud importantes, incluida información sobre la calidad del aire, y anuncios de servicio público (en inglés: PSA) sobre eventos relacionados con el humo de incendios forestales. Visite la División de Calidad del Aire de Utah en [air.utah.gov](http://air.utah.gov) para conocer las condiciones y previsiones actuales de la calidad del aire local. Regístrese para recibir alertas de asma en [air.utah.gov/recessGuidanceSignup.html](http://air.utah.gov/recessGuidanceSignup.html)
- Haga un plan para controlar ciertas condiciones de salud:** Si algún miembro de la familia tiene alguna enfermedad cardíaca o pulmonar, como asma, hable con un médico sobre qué hacer durante un episodio de humo de incendio forestal. Haga un plan para controlar cualquier condición de salud.
- Trate de abastecer lo esencial:** Tenga a mano medicamentos para varios días. Compre alimentos que no necesiten refrigeración ni cocción, porque cocinar puede contribuir a la contaminación del aire interior.
- Sepa cómo ajustar su sistema de calefacción para evitar la entrada de humo:** Si tiene un sistema central de calefacción, ventilación y aire acondicionado, verifique si este tiene una entrada de aire fresco. Si la tiene, aprenda a cerrar o a poner el sistema en modo de "recirculación". Revise el filtro de su sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado para asegurarse de que está en buenas condiciones; considere la posibilidad de cambiar a un filtro MERV 13 o superior si su sistema lo admite. Consulte a un técnico de climatización si no está seguro. Ajuste su aire acondicionado dependiendo del tipo de sistema; consulte la tabla siguiente:

- Compre un purificador de aire portátil o un filtro CVAA de alta eficiencia:** Consideré la posibilidad de comprar un purificador de aire portátil con filtro de partículas de aire de alta eficacia (en inglés HEPA). Asegúrese de que el tamaño del aparato es adecuado para la habitación. Asegúrese de que no produce ozono. Visite el sitio web de la Junta de Recursos del Aire de California (en inglés California Air Resources Board o CARB) para obtener una lista de los purificadores de aire que han sido evaluados y **han demostrado que emiten poco o nada de ozono.**
- Fabrique un purificador de aire “hágalo usted mismo” (en inglés, DIY):** Si los purificadores de aire portátiles no están disponibles o no son económicos, puede fabricarlos usted mismo. Vea recursos adicionales a continuación.
- Disponga de mascarillas de respiración N95:** Tenga a mano un suministro de mascarillas de respiración N95. Usted puede comprarlas en muchas tiendas de artículos para el hogar. Aprenda a elegir la mascarilla apropiada y a llevarla correctamente (Consulte la hoja informativa “Proteja su salud del humo de los incendios forestales” en recursos adicionales). Las mascarillas de tela o papel no filtran el humo de los incendios forestales.

Tipo de aire acondicionado	Recomendaciones de ajuste
Enfriador de vapor (swamp cooler)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si es posible, evite utilizar un enfriador de vapor, a menos que se trate de una emergencia por calor. Estos dejan que el humo entre al interior del hogar.</li><li>• Cubra completamente las entradas de aire exterior con un filtro de horno de alta eficiencia (en inglés: MERV 13) de 4 pulgadas de grosor.</li><li>• Si no puede tapar el enfriador con un filtro, utilice el enfriador de vapor limitadamente cuando haya mucho humo, ya que dejaría entrar el humo al interior..</li><li>• Considere otras opciones de enfriamiento, como ventiladores o unidades de aire acondicionado de ventana.</li></ul>

<b>Tipo de aire acondicionado</b>	<b>Recomendaciones de ajuste</b>
Aire acondicionado de ventana	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si este tiene una compuerta de aire exterior, aprenda cómo cerrarla. La mayoría de las unidades de ventana actuales no disponen de esta función, pero no está de más comprobarlo.</li><li>• Asegúrese de que la unión entre la unidad de aire acondicionado y la ventana esté sellada.</li></ul>
Aire acondicionado portátil	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si su unidad de aire acondicionado portátil tiene una sola manguera, que suele salir por una ventana, evite utilizar esa unidad o úsela con moderación.</li><li>• Si su unidad de aire acondicionado portátil tiene dos mangueras, asegúrese de que la unión entre la unidad de aire acondicionado y la ventana esté sellada.</li><li>• Considere otras opciones de enfrió , como ventiladores o una unidad de aire acondicionado de ventana.</li></ul>

## Recursos adicionales

Haga clic en los enlaces siguientes o escanee el código QR para acceder a recursos adicionales.

### [Incendios forestales y la calidad del aire interior](#)

Visite el sitio web de la EPA para obtener más información y recursos sobre cómo prepararse para los incendios forestales y la mala calidad del aire.



### [Humo del incendios forestales y su salud](#)

Visite esta página de la EPA para saber cómo el humo de los incendios forestales puede afectar su salud.



### [Protege tu salud del humo de los incendios forestales](#)

Esta hoja informativa le ayudará preparar para eventos del humo de incendios forestales y tomar pasos a reducir tu exposición al humo.



### [Mapa de incendios y humo](#)

Este mapa muestra la contaminación por partículas finas proveniente de incendios forestales y otras fuentes.



### [Cómo elegir un filtro de aire portátil para su hogar](#)

Los purificadores de aire portátiles pueden complementar la ventilación natural y los sistemas de climatización.



### [Fabrique un purificador de aire "hágalo usted mismo"](#)

Esta hoja informativa le mostrará como a fabricar un filtro para ventilador de caja.



### [Cree una habitación limpia](#)

Cree una habitación limpia para proteger la calidad del aire interior durante un incendio forestal.

