

# Mantener limpio el aire en interiores durante los eventos de humo



Durante la temporada de incendios en Oregón Central, es importante proteger su salud ante la exposición al humo. La lista a continuación, describe medidas que puede tomar para mantener el aire limpio en interiores durante los períodos de cantidades elevadas de humo por incendios forestales:

- Revise a diario el índice de calidad del aire (AQI, por sus siglas en inglés)** para planificar sus actividades en torno a los períodos de cantidades elevadas de humo. Visite [CentralOregonFire.org](http://CentralOregonFire.org) para recibir más información referente a la calidad del aire.
- Cambie los filtros HEPA en su HVAC (con un Valor de Reporte de Eficiencia Mínima de 13 o mayor) o el filtro de aire de su ventilador de caja casero durante los eventos de humo.** Visite [Deschutes.org/Health/Page/indoor-air-quality-iaq](http://Deschutes.org/Health/Page/indoor-air-quality-iaq) para encontrar las indicaciones de cómo construir usted mismo un filtro de aire con ventilador de caja.
- Redistribuya el aire que ingresa en los aires acondicionados de su vivienda/negocio y su automóvil durante los eventos de humo.**
- Manténgase en una habitación de aire limpio durante los períodos de cantidades elevadas de humo** con todas las ventanas y/o puertas selladas para evitar que entre el humo de afuera. Agregue un purificador de aire o un filtro de aire casero hecho con un ventilador de caja y asegúrese de que en la habitación no se realicen actividades generadoras de partículas como cocinar o freír alimentos, fumar, aspirar, encender velas o incienso y usar aerosoles.
- Mantenga selladas y cerradas todas las puertas y ventanas de autos y edificios durante los períodos de humo por incendios forestales**
- Trapee o moje superficies que tengan polvo para eliminar las partículas que pudiesen regresar al aire.**
- Use un purificador de aire y encienda un humidificador en su vivienda durante los eventos de humo.**

**Si el aire en su hogar se vuelve muy ahumado, considere seguir las siguientes indicaciones para proteger su salud:**

- Quéedese en casa de un amigo o familiar que no se encuentre cerca de los incendios.**
- Marque al "211" para descubrir dónde se encuentran ubicados los centros de aire limpio y manténgase allí durante los períodos de cantidades elevadas de humo.**
- Tenga lista su mochila de evacuación para salir en cualquier momento.** Asegúrese de incluir un suministro de aquellos medicamentos que podría necesitar.
- Implemente su plan para proteger su salud en cada nivel de evacuación.** Los niveles de evacuación del condado de Deschutes pueden encontrarse en [CentralOregonFire.org/wildfire-smoke-air-quality-maps-2/](http://CentralOregonFire.org/wildfire-smoke-air-quality-maps-2/)

**Visite [CentralOregonFire.org](http://CentralOregonFire.org) para recibir información sobre cómo proteger su salud durante esta temporada de incendios.**

