

Esté preparado esta temporada de incendios



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 prepararse para los períodos de humo de incendios forestales:

- Abastézcase de filtros HEPA con un Valor de Reporte de Eficiencia Mínima (MERV, por sus siglas en inglés) de 13 o mayor.** Coloque uno en su unidad de HVAC o construya un filtro casero usando un filtro HEPA y un ventilador de caja moderno (de 2012 en adelante). Visite [Deschutes.org/Health/Page/indoor-air-quality-iaq](https://www.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.
- Destine una habitación en su vivienda para que sea una habitación limpia.** Selle todas las ventanas y puertas para evitar que entre el humo de afuera, agregue un purificador de aire o un filtro de ventilador de caja casero 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 como ambientadores.
- Obtenga un purificador de aire y un humidificador** si no cuenta con unos ya.
- Mantenga cerradas todas las puertas y ventanas de autos y edificios** para evitar que entren partículas.
- Pregúntele a un amigo o familiar si pueden quedarse con ellos** during durante un período de cantidades elevadas de humo o en una emergencia.
- Regístrese para recibir alertas por mensajes de texto.** Envíe "COFIRE" al 888-777 para recibir alertas sobre incendios controlados e incendios forestales en su área. Regístrese en [DeschutesAlerts.org](https://www.DeschutesAlerts.org) para recibir alertas de emergencia.
- Conozca dónde obtener información sobre incendios en Oregón Central.** Visite [CentralOregonFire.org](https://www.CentralOregonFire.org) para recibir información sobre incendios y cómo proteger su salud ante el humo.
- Conozca dónde verificar el índice de calidad del aire (AQI, por sus siglas en inglés) y revíselo diariamente** para planificar sus actividades en torno a los períodos de cantidades elevadas de humo. Visite [CentralOregonFire.org](https://www.CentralOregonFire.org) para recibir más información referente a la calidad del aire.
- Marque al "211" para descubrir dónde se encuentran ubicados los centros de aire limpio durante los períodos de cantidades elevadas de humo.**
- Prepare una mochila de evacuación y téngala lista para salir en cualquier momento.** Asegúrese de incluir un suministro de medicamentos.
- Conozca el significado de los diferentes niveles de evacuación y tenga un plan para proteger su salud en cada nivel.** Los niveles de evacuación del condado de Deschutes pueden encontrarse en [CentralOregonFire.org/wildfire-smoke-air-quality-maps-2/](https://www.CentralOregonFire.org/wildfire-smoke-air-quality-maps-2/)



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