

El propósito de este documento es proporcionar a Asesores de Recursos Aéreos y otros profesionales de salud ambiental con mensajes clave sobre humo de incendios forestales y COVID-19. También proporciona recursos que se pueden compartir con las comunidades afectadas por el humo de los incendios forestales durante la propagación comunitaria del SARS-CoV-2, el virus que causa COVID-19. Este documento fue creado en colaboración con los CDC, y la información relacionada con COVID-19 fue revisada y aprobada por los CDC.

### ¿Por qué la gente necesita considerar COVID-19 junto con el humo de los incendios forestales?

- La pandemia de COVID-19 coincide con la ocurrencia de incendios forestales en los Estados Unidos.
- El humo de los incendios forestales es una mezcla compleja de contaminantes del aire que son perjudiciales para la salud humana.
- La exposición a los contaminantes del aire en el humo de los incendios forestales puede irritar los pulmones, causar inflamación, alterar la función inmune y aumentar la susceptibilidad a las infecciones respiratorias, que probablemente incluyan COVID-19.
- [Publicaciones científicas](#) recientes sugieren que la exposición a contaminantes atmosféricos empeora los síntomas y resultados de COVID-19.

### ¿Quién está en mayor riesgo por el humo de los incendios forestales?

- [Las poblaciones que se sabe que son vulnerables a la exposición](#) al humo de incendios forestales incluyen:
- Niños menores de 18 años.
- Adultos mayores de 65 años.
- Personas con afecciones crónicas de salud, como enfermedades cardíacas o pulmonares, asma o diabetes.
- Personas de bajo nivel socioeconómico, incluidas las personas sin hogar y con acceso limitado a atención médica.

### ¿Quién más está en riesgo por el humo de los incendios forestales durante la pandemia de COVID-19?

La superposición de la pandemia de COVID-19 con la temporada de incendios forestales en los Estados Unidos complica la respuesta de salud pública al humo de incendios forestales. Las personas susceptibles o afectadas por COVID-19 pueden tener problemas de salud que también los hacen vulnerables a la exposición al humo de incendios forestales.

Las personas que también podrían estar en riesgo por el humo de incendios forestales debido a COVID-19 incluyen:

- Aquellos que están inmunocomprometidos o toman medicamentos que inhiben el sistema inmunitario;
- Aquellos con o recuperándose de COVID-19. Debido a la función cardíaca y pulmonar comprometida debido a COVID-19, pueden estar en mayor riesgo de efectos sobre la salud por la exposición al humo de incendios forestales.

**Los síntomas respiratorios como tos seca, dolor de garganta y dificultad para respirar son comunes tanto a la exposición al humo de incendios forestales como a COVID-19.**

### ¿Cuál es la diferencia entre las [síntomas de la exposición al humo de los incendios forestales](#) y los [síntomas de COVID-19](#)?

- La información sobre los [síntomas de COVID-19](#) está disponible. Si padece síntomas no relacionados con la exposición de humo como fiebre o escalofríos, dolores musculares o corporales, diarrea, el [auto verificador](#) de COVID-19 de los CDC puede ayudar a determinar si se necesitan más evaluaciones o pruebas para COVID-19.
- Si tiene preguntas después de usar el [auto verificador](#) de COVID-19 de los CDC, debe comunicarse con un proveedor de atención médica.

- Si empieza sentir síntomas graves, como dificultad para respirar o dolor en el pecho, debe buscar atención médica inmediata llamando al 911 o llamando con anticipación al centro de emergencias más cercano.

#### ¿Dónde puedo encontrar información sobre la calidad actual del aire y COVID-19 en mi área?

- Use el [Índice de Calidad del Aire](#) (AQI por sus siglas en inglés) para evaluar las condiciones locales y regionales de calidad del aire.
- Visite <http://www.airnow.gov> para encontrar información confiable sobre el humo de los incendios forestales y la calidad del aire.
- Si hay un incendio forestal grande en su área, entonces es probable que haya un [Asesor de Recursos Aéreos](#) asignado para proporcionar [perspectivas sobre el humo de incendios forestales](#).
- Para obtener más información sobre el humo de los incendios forestales y su salud, visite, <https://www.cdc.gov/air/wildfire-smoke/es/default.htm>.
- Visite el [Rastreador de datos COVID de CDC](#) para obtener más información sobre COVID-19.
- Consulte los recursos de los [departamentos de salud estatales, locales, tribales y territoriales](#) para obtener más información sobre los casos y muertes de COVID-19 en un área determinado.

#### ¿Qué medidas puedo tomar para minimizar los posibles impactos a la salud del humo de los incendios forestales?

- Tome en cuenta que su planificación puede ser diferente este año debido a la necesidad de protegerse y proteger a otros del COVID-19.
- La mejor manera de protegerse contra los efectos potencialmente dañinos del humo de los incendios forestales es reducir la exposición al humo de los incendios forestales, por ejemplo, buscando [refugios de aire más limpios y espacios de aire más limpio](#).
- Mientras siguen en vigor las [directrices de distanciamiento social](#), encontrar un aire más limpio podría ser un desafío si las instalaciones públicas como bibliotecas, centros comunitarios y centros comerciales están cerradas o tienen una capacidad limitada.
- Crea un espacio de aire más limpio en el hogar para protegerse del humo de los incendios forestales durante la pandemia de COVID-19.
  - ▶ Use un purificador de aire portátil en una o más habitaciones. Los purificadores de aire portátiles funcionan mejor cuando se usan continuamente con puertas y ventanas cerradas.
  - ▶ Las unidades de filtración de caja que [puede hacer usted mismo](#) nunca deben dejarse desatendidas.
  - ▶ Durante los períodos de calor extremo, preste atención a los [pronósticos de temperatura](#) y [sepa cómo mantenerse a salvo en el calor](#).
  - ▶ Cuando sea posible, use acondicionadores de aire, bombas de calor, ventiladores y persianas para mantener el espacio de aire más limpio y fresco en los días calurosos.
  - ▶ Si tiene un sistema de aire forzado en su hogar, puede ser necesario trabajar con un profesional calificado en calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC por sus siglas en inglés) sobre diferentes filtros (HEPA o MERV-13 o superior) y configuraciones (recirculación y "On" en lugar de "Auto") que se puede utilizar para reducir la introducción de humo dentro de los interiores.
  - ▶ Evite actividades que generen más contaminación del aire en interiores y exteriores, como freír alimentos, barrer, pasar la aspiradora y usar electrodomésticos de gas.
- Limite el ejercicio al aire libre cuando se encuentra humo en el ambiente o elija actividades de baja intensidad para reducir la exposición al humo.

#### ¿Pueden las mascarillas y las coberturas faciales reducir la exposición al humo de los incendios forestales?

- Aunque los respiradores N95 brindan protección contra el humo de los incendios forestales, pueden ser escasos ya que los trabajadores de atención médica de primera línea los usan durante la pandemia.
- Las [cubiertas de tela](#) que se utilizan para disminuir la propagación de COVID-19 ofrecen poca protección contra los contaminantes dañinos aéreos que se encuentran en el humo de los incendios forestales, porque estos revestimientos no capturan la mayoría de las partículas pequeñas en el humo.

#### ¿Qué más puedo hacer para mantenerme saludable si hay mucho humo en el ambiente durante esta temporada de incendios forestales?

- [Prepárese para la temporada de humo de incendios forestales](#) como lo haría en cualquier otro verano.

- Dese más tiempo de lo normal para [prepararse para los eventos de incendios forestales](#). La entrega a domicilio es la opción más segura para comprar suministros de desastre; sin embargo, eso puede no ser una opción para todos. Si las compras en persona son su única opción, tome medidas para [proteger su salud y la de los demás al realizar mandados esenciales](#).
- Hable con su proveedor de atención médica. Planifique cómo se protegerá contra el humo de los incendios forestales.
- Abastézcase de medicamentos. Guarde un suministro de 7 a 10 días de medicamentos recetados en un recipiente a prueba de niños, a prueba de agua para llevar con usted si tiene que evacuar.
- En anticipación de una posible evacuación, considere desarrollar [un plan familiar para desastres](#).

### ¿Qué acciones puedo tomar si debo evacuar?

- Preste atención a las recomendaciones locales sobre planes actualizados para evacuaciones y refugios, incluyendo los [posibles refugios para sus mascotas](#).
- Si las autoridades públicas le solicitan evacuar, o si usted decide evacuar, por favor evacúe de manera segura.
- Cuando haga revisiones de bien estar a sus vecinos y amigos antes de evacuar, asegúrese de seguir las [recomendaciones de distanciamiento social](#) (al menos a 6 pies o 2 metros de distancia de los demás) y otras recomendaciones de los CDC para protegerse y proteger a los demás.
- Si necesita ir a un refugio de emergencia, siga las recomendaciones de los CDC para mantenerse seguro y saludable en un [refugio público de emergencia](#) durante la pandemia de COVID-19.

### Recursos

- Consulte <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> para obtener más información sobre COVID-19.

### Información adicional sobre COVID-19

- Síntomas de coronavirus
- Rastreador de datos de CDC COVID

### Información sobre los efectos del humo de los incendios forestales en la salud y la reducción de la exposición al humo de los incendios forestales:

- [Consideraciones de COVID-19 para refugios de aire más limpios y espacios de aire más limpios para proteger al público del humo de incendios forestales](#)
- [Crea una habitación limpia para proteger la calidad del aire interior durante un incendio forestal](#)
- [Filtro de ventilador de caja de bricolaje](#)
- [Desastres naturales y clima severo: incendios forestales](#)
- [Protégete del humo de los incendios forestales](#)
- [Hoja informativa de la guía de incendios forestales: filtración de aire interior](#)
- [Humo de Incendios Foresta: una guía para funcionarios de salud pública](#)
- [Incendios forestales y calidad del aire interior](#)

### Calidad del aire, información sobre incendios forestales, pronósticos de humo e información sobre poblaciones vulnerables:

- [www.airnow.gov](http://www.airnow.gov)
- <https://airquality.weather.gov/>
- <https://inciweb.nwcg.gov/>
- <https://wildlandfiresmoke.net>
- Identificar áreas de riesgo y poblaciones vulnerables al humo de los incendios forestales.
  - ▶ [Pronósticos de humo y porcentaje de población sin seguro médico](#)
  - ▶ [Pronósticos de humo y porcentaje de hogares sin acceso a internet](#)
  - ▶ [Pronósticos de humo y tasa de mortalidad por cardiopatía isquémica](#)
  - ▶ Para obtener más información, visite <https://ephtracking.cdc.gov/DataExplorer/#/>
- [www.cdc.gov/disasters/wildfires/links.html](http://www.cdc.gov/disasters/wildfires/links.html)