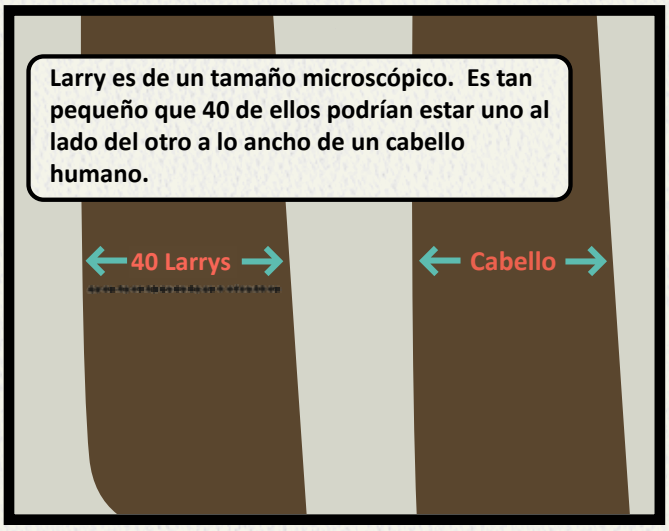
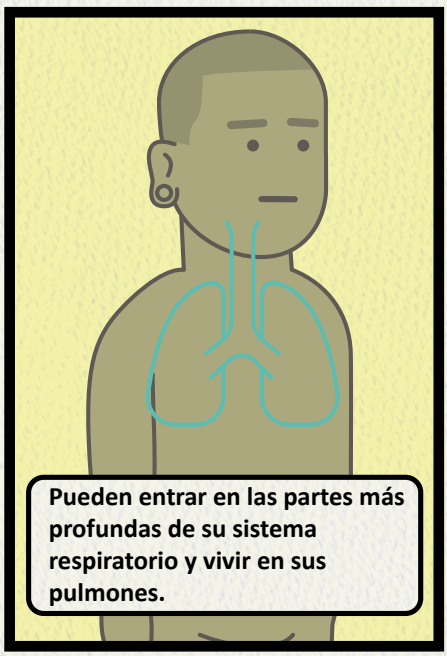
¿QUÉ ES UN PM2.5?





Diríjase a www.betterhealth.vic.gov.au en la red para mayores informes sobre el humo y su salud.

VICTORIA State Government

Autorizado y publicado por el Gobierno de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
Propiedad literaria del estado de Victoria, Department of Health and Human Services, Diciembre de 2016.

¿CÓMO PUEDE AFECTAR MI SALUD LA EXPOSICIÓN AL HUMO?

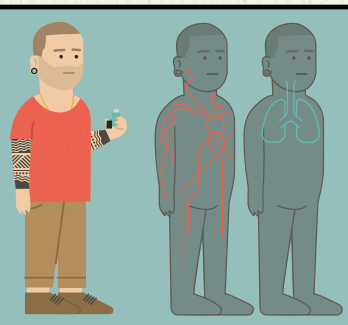
El humo de los incendios no solo significa una amenaza a su seguridad, sino también un riesgo para su salud.

Minúsculas partículas como Larry pueden causar efectos de corto o largo plazo a los sistemas respiratorios o cardiovasculares.

Los síntomas de irritación por el humo de corto plazo, por ejemplo: picazón de ojos, goteo nasal y tos, generalmente paran en los adultos sanos una vez que se alejan del humo.

Los efectos de la exposición al humo pueden variar. Los efectos a la salud pueden ser tan simples como picazón en los ojos y dolor a la garganta. No obstante, para algunas personas el humo puede ocasionar algo más serio.

Aquello puede significar grandes problemas al corazón y pulmones; en particular si se sufre de asma u otras condiciones en los pulmones.



En el caso de experimentar cualquier síntoma que puede estar relacionado al humo, pida consejo médico o marque a NURSE-ON-CALL en el 1300 60 60 24.

Cualquier persona que tenga sibilancias, constricción en el pecho, o dificultad para respirar debe llamar al 000.

Diríjase a www.betterhealth.vic.gov.au en la red para mayores informes sobre el humo y su salud.

VICTORIA State Government

Autorizado y publicado por el Gobierno de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
Propiedad literaria del estado de Victoria, Department of Health and Human Services, Diciembre de 2016.

¿QUIÉN CORRE MAYOR RIESGO POR LOS EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN AL HUMO?

Diríjase a www.betterhealth.vic.gov.au en la red para mayores informes sobre el humo y su salud.

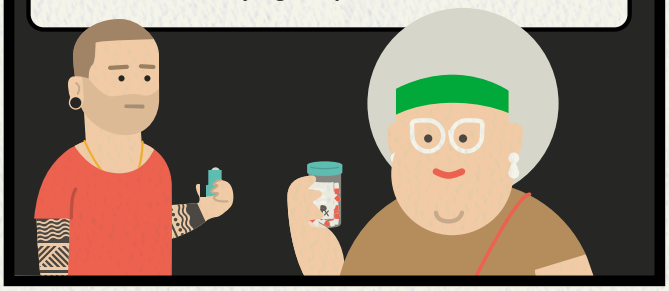
VICTORIA State Government

Autorizado y publicado por el Gobierno de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
Propiedad literaria del estado de Victoria, Department of Health and Human Services, Diciembre de 2016.

¿CÓMO PUEDO PROTEGER MI SALUD CUANDO HAY HUMO AFUERA EN EL AMBIENTE?

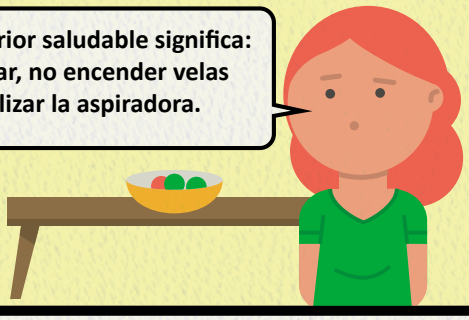
Minúsculas partículas como Larry pueden afectar su salud cuando hay humo en el ambiente. Si no se encuentra bajo amenaza de un incendio, quédese adentro con las ventanas y puertas cerradas, y reduzca su actividad física.

En el caso de padecer de alguna condición médica al corazón o pulmones, incluso asma, asegúrese de tomar sus medicamentos y siga su plan de tratamiento.



Mantenga el aire del interior de su casa lo más saludable posible. Si tiene aire acondicionado, ponga el dial o botón en "recircular" [recirculate] o "reutilizar" [re-use]

Un interior saludable significa: no fumar, no encender velas y no utilizar la aspiradora.



En el caso de que sienta su casa incómoda, y si es seguro salir de ésta, tome un descanso lejos del humo y visite algún centro con aire acondicionado, como el de una biblioteca.

Y cuando haya un descanso del humo en el ambiente, abra las ventanas y puertas para deshacerse del humo que tenga dentro de la casa.

¡Adiós, Larry!

Mantenga a Larry fuera de sus pulmones. Manténgase seguro/a y sus vías respiratorias despejadas.

Diríjase a www.betterhealth.vic.gov.au en la red para mayores informes sobre el humo y su salud.

VICTORIA State Government

Autorizado y publicado por el Gobierno de Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
Propiedad literaria del estado de Victoria, Department of Health and Human Services, Diciembre de 2016.