



Hoja de datos

Departamento de Salud y Control Ambiental de Carolina del Sur • www.scdhec.gov

Humo ambiental

¿Qué es el humo?

Ya sea que se trate de una hoguera, un incendio forestal o fuego en un relleno sanitario o cúmulo de basura, cualquier tipo de humo está formado por pequeñas partículas y químicos quemados que se forman durante la combustión. Lo que conforma las partículas y los gases que las acompañan depende del tipo de material que se esté quemando. Un fuego eficiente que consume combustible limpio y seco, y que tiene suficiente cantidad de aire, tendrá poco humo visible y pocos químicos potencialmente perjudiciales. Un fuego que consuma combustible mojado y sucio, que se queme lentamente debido a la falta de aire, creará más partículas y químicos provenientes de una combustión incompleta. El humo visible es la señal más clara de una combustión incompleta.

Nunca es bueno respirar humo de ningún tipo durante tiempos prolongados. La mayoría de las personas no deberían tener problemas de salud a largo plazo causados por respirar humo por cortos periodos de tiempo, pero los olores químicos y partículas en el aire provenientes de incendios causan náuseas, dolores de cabeza y/o irritación en la garganta y los ojos por un corto periodo de tiempo. Si los síntomas son causados por humo, deberían mejorar cuando una persona deja el área contaminada por el humo. La exposición al humo puede agravar algunas condiciones de salud preexistentes en los pulmones o cardíacas.

¿Cómo puedo verme expuesto al humo?

El calor de los incendios en el exterior suele elevar el humo en el aire, pero los incendios más lentos y latentes, combinados con algunas condiciones climáticas pueden atrapar el humo cerca del suelo. Usted puede verse expuesto al humo de incendios cercanos o también localizados a largas distancias.

Si el humo es visible, así la fuente no lo sea, le recomendamos seguir las precauciones mencionadas en esta hoja de datos.

¿Quién está en mayor riesgo ante el humo?

- **Las mujeres embarazadas y personas con problemas de salud existentes** como enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares, o asma, son las personas en mayor riesgo de efectos sobre la salud por causa del humo.
- **Los adultos mayores** son más propensos a verse afectados por el humo debido a su mayor riesgo de tener afecciones cardíacas y pulmonares.
- **Los niños** son más propensos a verse afectados por el humo. Las vías respiratorias de los niños todavía están en proceso de desarrollo y respiran más aire por libra de peso corporal que los

adultos. Eso resulta en una mayor dosis de exposición. Los niños también pasan más tiempo en espacios exteriores en actividades y juegos.

¿Qué debería hacer si hay humo en mi área?

En el caso de que haya un evento de incendio descontrolado o humo, lo primero y más importante que debe hacer es minimizar su exposición.

- Informe la presencia de humo a las autoridades locales, el dicho popular es muy cierto: "donde hay humo, hay fuego".
- Muévase en sentido contrario a la dirección del viento según la fuente del incendio.
- Permanezca en un lugar interior, cierre las ventanas y las tomas de aire del exterior.
- No se ejercite bajo condiciones de humo porque así respirará más aire y eso aumenta su exposición a contaminantes relacionados con el humo.

Tenga presente que a veces las condiciones climáticas pueden arrastrar humo hasta el suelo, proveniente de un incendio que está a mucha distancia.

¿Cómo me puedo proteger?

Evite pasar mucho tiempo bajo condiciones de humo. No camine, no corra, no trabaje en su jardín ni participe en actividades al aire libre en días en los que el humo sea visible a nivel del suelo.

Las personas que tengan problemas para respirar, con un aumento en sus episodios de tos, o que tengan el pecho apretado, deberían buscar atención médica con su médico o proveedor de servicios de salud. Las personas con asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) o con enfisema pulmonar son más propensas que los demás a tener estos síntomas, y, de ser posible, no deberían permanecer por mucho tiempo en entornos expuestos al humo.

No dependa de una "máscaras antipolvo" como protección. Las máscaras antipolvo de papel que se encuentran en tiendas de herramientas están diseñadas para atrapar partículas grandes tales como aserrín. Estas máscaras **no** protegen sus pulmones contra las partículas pequeñas que se encuentran en el humo de incendios fuera de control. **No use un respirador a menos que hable con su médico para asegurar que usarlo no afecta su salud.** Si usa un respirador, elija un "respirador de partículas" que haya sido probado y aprobado por el Instituto Nacional de Seguridad y Salud Ocupacional (NIOSH, por su sigla en inglés). Éste debe tener impresas las palabras "NIOSH" o "N95" o "P100".

Resumen

Cuando las condiciones climáticas arrastren a su área humo proveniente de un incendio fuera de control (por ejemplo, una hoguera, un incendio forestal u otro tipo de incendio), esto genera mayores cantidades de partículas o químicos en el aire. Esto puede ser una molestia incluso para personas con buen estado de salud, pero también puede hacer que algunas afecciones preexistentes, como el asma y algunos problemas cardíacos o pulmonares, se empeoren. Nuestra supervisión de datos ha encontrado que por lo general las concentraciones de partículas por humo, suelen ser más elevadas en las primeras horas de la mañana en días cuando el viento proviene de la zona de incendio y no hay suficiente viento para disipar el humo que se ha acumulado cerca al suelo durante la noche. Elija caminar, trotar o estar al aire libre en horas cuando el humo no sea visible a nivel del piso. Si tiene alguna preocupación por su salud, recomendamos que busque asesoría de su proveedor de servicios médicos.