

Un incendio forestal se puede esparcir rápidamente y cambiar la calidad del aire enseguida. Aprenda cómo proteger su salud cuando ésto suceda.

- menos de **5 millas**, la calidad el aire no es saludable para niños pequeños, adultos mayores de 65 años, mujeres embarazadas, y personas con condiciones de corazón y/o de pulmón, asma u otras enfermedades respiratorias. Estas personas deben minimizar sus actividades recreacionales al aire libre o reprogramarlas para un día con mejor calidad de aire.
- como **3 millas**, niños pequeños, adultos mayores de 65 años, mujeres embarazadas y personas con condiciones de corazón y/o de pulmón, asma u otras enfermedades respiratorias deben evitar todas las actividades al aire libre y permanecer adentro. Las demás personas deben minimizar sus actividades al aire libre.
- menos de **1 milla**; la calidad del aire no es saludable para nadie. Todas las personas deben permanecer adentro.

No importa cuán lejos usted pueda ver, si usted siente efectos en su salud debido al humo, permanezca adentro o vaya a un área con mejor calidad de aire. Usted debe ver a su doctor o personal del cuidado de la salud si es necesario.

Información Acerca de Salud y Fuegos en <https://nmtracking.doh.nm.gov/environment/air/FireAndSmoke.html>

