

# HOJA INFORMATIVA SOBRE EL HUMO



- Evite estar a favor del viento de cualquier incendio.
- Si está en el exterior durante un incendio, abandone la zona inmediata y busque aire fresco a favor del viento del incendio.
- Si es sensible al humo, permanezca en el interior. No participe en eventos o ejercicios al aire libre.
- Los síntomas de la exposición al humo incluyen tos, dificultades para respirar, opresión en el pecho y los ojos, irritación de la nariz, la boca o la garganta, ojos rojos y ardientes, goteo post-nasal y congestión nasal.
- Busque atención médica si presenta síntomas de exposición al humo que reflejen dificultades respiratorias o cardíacas.
- Siga la página de previsión de la calidad del aire para obtener información actualizada en [www.mbard.org](http://www.mbard.org).