

Humo de incendios forestales: cómo crear una habitación limpia



Cuando el humo de los incendios forestales ingresa a su hogar, puede hacer que el aire interior sea insalubre; sin embargo, usted puede crear una habitación limpia para ayudar a proteger su salud y mejorar la calidad del aire interior. Una habitación limpia es una habitación que está preparada para mantener los niveles de humo y otras partículas lo más bajos posibles durante la presencia de humo proveniente de incendios forestales.

Siempre y cuando sea seguro permanecer en el interior de la casa, cualquier persona puede beneficiarse de pasar tiempo en una habitación limpia durante la presencia de humo proveniente de incendios forestales. Una habitación limpia puede ser más útil para las personas que corren un mayor riesgo de padecer los efectos del humo, como personas con enfermedades cardíacas o pulmonares, adultos mayores, niños y mujeres embarazadas. Esta hoja informativa le indica cómo preparar una habitación limpia en su casa.

En algunos casos, puede ser mejor buscar refugio en otro lugar

Después de haber seguido los pasos para crear una habitación limpia, si no puede mantener el ambiente fresco, si se corta la electricidad o si sigue entrando demasiado humo en su casa, es posible que quedarse en una habitación limpia no sea la mejor opción para usted. Considere quedarse con amigos o familiares, ir a un refugio público con aire más limpio o protegerse del humo en otro lugar con aire acondicionado y buena filtración de aire.

Pasos para crear una habitación limpia

- 1. Elija una habitación.** Elija una habitación lo suficientemente grande para que todos los miembros de su familia se sientan cómodos. Un dormitorio con conexión a un baño es una buena opción.
- 2. Evite que entre humo en la habitación.** Cierre las ventanas y las puertas, pero no haga nada que dificulte la salida.
- 3. Mantenga un ambiente fresco.** Encienda ventiladores, aires acondicionados de ventana o el aire acondicionado central. Si su aire acondicionado tiene una opción de aire fresco, desactívela o cierre la entrada y hágalo funcionar en el modo de recirculación de aire.
- 4. Filtre el aire de la habitación cuando haya una situación que genere humo.** Deberá comprar o fabricar un dispositivo purificador de aire antes de que ocurra una situación que genere humo de una o más de las tres formas que se indican en la parte superior de la página siguiente.
- 5. Evite las actividades que generen humo u otras partículas en espacios interiores,** como fumar, prender velas, usar aerosoles, freír alimentos y pasar la aspiradora, a menos que utilice una aspiradora con marcas que indiquen que tiene un filtro de partículas de aire de alta eficiencia (high-efficiency particulate air, HEPA). Use un paño húmedo o un trapeador para atrapar las partículas de polvo que se hayan asentado.
- 6. Pase el mayor tiempo posible en la habitación limpia para aprovecharla al máximo.** Cuando la calidad del aire mejore, incluso si es temporalmente, ventile la habitación limpia para refrescar el aire.

Para obtener más información:

Obtenga más información sobre cómo crear una habitación limpia en su casa:

epa.gov/indoor-air-quality-iaq/create-clean-room-protect-indoor-air-quality-during-wildfire

Vea un video sobre cómo crear una habitación limpia en su casa: youtube.com/watch?v=V8DqzogXcVg

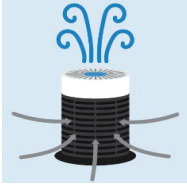
Otras hojas informativas de la Guía sobre incendios forestales: airnow.gov/wildfire-guide-factsheets/

Formas de filtrar el aire para su habitación limpia



Use un filtro de alta eficiencia si se puede usar uno en su sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado (heating, ventilation and air conditioning, HVAC) central de manera segura.

Es posible que deba recurrir a un técnico de HVAC o el fabricante de su sistema para averiguar si un filtro de alta eficiencia, marcado con un valor informado de eficiencia mínima (minimum efficiency reporting value, MERV) de 13 o más, funcionará con su sistema. Encienda el ventilador del sistema con la mayor frecuencia posible.



Utilice un purificador de aire portátil en su habitación limpia.

Asegúrese de que sea del tamaño adecuado para la habitación limpia. Una forma de hacerlo es elegir un dispositivo con una tasa de suministro de aire limpio (clean air delivery rate, CADR) para el humo del tabaco de al menos 2/3 del área de la habitación en pies cuadrados. Además, asegúrese de que no genere ozono (Lista de dispositivos purificadores de aire certificados por la California Air Resources Board: <https://ww2.arb.ca.gov/list-carb-certified-air-cleaning-devices>). Hágalo funcionar continuamente con la configuración más alta del ventilador.



Utilice un purificador de aire casero (do-it-yourself, DIY) en su habitación limpia.

Un purificador de aire DIY puede ser una opción provisoria y económica para limpiar el aire. Vea a continuación las instrucciones sobre cómo hacer uno, que incluyen consejos de seguridad importantes.

Si decide utilizar un purificador de aire DIY...

- Si puede, consiga un purificador de aire portátil. Es probable que reduzca las concentraciones de partículas mejor que un purificador de aire DIY, especialmente en habitaciones más grandes. Hay evidencia limitada sobre la eficacia de los purificadores de aire DIY. Un purificador de aire DIY será más útil en una habitación pequeña en la que pase mucho tiempo y pueda usarlo durante períodos más prolongados, como un dormitorio.
- Para fabricar su propio purificador de aire DIY, utilice un ventilador de caja reciente (fabricado de 2012 en adelante) con un logo UL o ETL: estos ventiladores tienen fusibles de seguridad térmica que reducen el riesgo de incendios o quemaduras por sobrecalentamiento del motor del ventilador y las superficies externas. Busque ventiladores que tengan una indicación de seguridad eléctrica y una marca de una organización de certificación como UL o Intertek (la etiqueta mostrará el logo UL o el logo ETL de Intertek, por ejemplo). No utilice un ventilador de caja fabricado antes de 2012 (a menos que sepa que tiene un fusible de seguridad térmica) en un purificador de aire DIY. Si debe utilizar un ventilador más antiguo, nunca lo deje funcionando sin supervisión mientras esté lejos o durmiendo.
- Al ensamblar un purificador de aire DIY, elija un filtro de alta eficiencia, preferentemente con clasificación MERV 13 o superior, para una mejor filtración. Alinee las flechas del filtro con la dirección del flujo de aire a través del ventilador. Intente lograr un buen sellado entre el ventilador y el filtro. Cambie el filtro cuando parezca sucio o comience a liberar olor a humo.
- Hay muchas formas de armar un purificador de aire DIY. Los siguientes son algunos diseños comunes son:
 - un filtro plano contra el ventilador (video del Washington Dept of Ecology): youtube.com/watch?v=ujUFj2G9_Y
 - dos filtros pegados con cartón para formar un triángulo contra el ventilador (video de las Confederated Tribes of the Colville Reservation): youtube.com/watch?v=ukyF2xm8cws



Emergency Preparedness & Response Program
1101 W. College Ave., Spokane, WA 99201
509.324.1673 | srhd.org

Spokane Regional Health District garantiza la no discriminación de conformidad con el Título VI de la Ley de Derechos Civiles de 1964 y la Ley para Estadounidenses con Discapacidades. Para presentar una queja o solicitar más información, adaptaciones razonables o traducciones a idiomas, comuníquese al 509.324.1501 o visite srhd.org. // Contenido adaptado de la U.S. Environmental Protection Agency, EPA-452/F-22-001 // Elaboración: mayo de 2022