

RECOMENDACIONES DE SALUD PÚBLICA ANTE EPISODIOS DE HUMO POR INCENDIOS FORESTALES

Introducción

Los incendios forestales pueden afectar a la salud de la población no solo en las zonas próximas al incendio, sino también a varios kilómetros de distancia, debido a la dispersión del humo y de las partículas contaminantes transportadas por el viento. El humo generado por los incendios contiene una mezcla de gases y partículas finas que pueden irritar los ojos y las vías respiratorias y agravar enfermedades respiratorias y cardiovasculares preexistentes. Asimismo, la deposición de cenizas puede afectar temporalmente al entorno, a los alimentos y, en determinadas circunstancias, al abastecimiento de agua.

Con el fin de reducir los riesgos para la salud, la Dirección General de Salud Pública recomienda seguir las siguientes medidas mientras persista la presencia de humo o las autoridades competentes indiquen que la calidad del aire se encuentra afectada.

Agua de consumo y alimentos

Como medida de precaución:

Agua de consumo

- En todos los municipios desalojados, ante la posibilidad de que el suministro de agua se haya visto afectado, no utilice agua de la red para beber, cocinar ni preparar alimentos. En estos casos, y para cuando el realojo se haga efectivo, utilice agua envasada hasta nuevo aviso oficial sobre la calidad óptima del agua de consumo.
- Evite el consumo de agua procedente de fuentes naturales, manantiales u otros puntos de abastecimiento que no dispongan de garantía sanitaria.
- Dado que el agua ha permanecido sin circulación durante más de 24 horas, se recomienda realizar una purga de la instalación interior de la vivienda dejando correr el agua por todos los grifos durante unos minutos antes de su utilización.



- Si la vivienda dispone de depósitos, filtros domésticos o cualquier otro sistema de almacenamiento de agua, se recomienda renovar el agua contenida en ellos y desechar la que haya permanecido estancada durante el periodo de interrupción o limitación de uso del suministro.
- Si observa cambios en el color u olor del agua, comuníquelo al ayuntamiento o a la entidad gestora del abastecimiento.
- Siga en todo momento las comunicaciones oficiales que se emitan sobre la calidad del agua de consumo.

Alimentos

- No consuma alimentos sin envasar que hayan estado expuestos directamente al humo o a las cenizas.
- Lave cuidadosamente con agua potable las frutas y verduras antes de su consumo.
- Limpie los envases antes de abrirlos cuando hayan estado expuestos al humo o a las cenizas.
- Deseche aquellos alimentos que presenten contaminación visible por cenizas o cuyo envase haya perdido su estanqueidad.

Siga en todo momento la información y las indicaciones emitidas por los servicios de emergencia y por las autoridades competentes.

Recomendaciones para reducir la exposición al humo

Mientras exista presencia de humo:

- Permanecer el mayor tiempo posible en espacios interiores, procurando mantener el aire interior lo más limpio posible.
- Mantener cerradas puertas y ventanas.
- Cerrar, siempre que sea posible, cualquier otra entrada de aire procedente del exterior (chimeneas, campanas extractoras, rejillas de ventilación u otros sistemas de renovación de aire) para evitar la entrada de humo.



- Si se utiliza aire acondicionado o climatización, mantener el sistema en modo recirculación, evitando la entrada de aire exterior siempre que el equipo lo permita.
- Reducir las fuentes de contaminación del aire interior, evitando fumar así como no utilizar aparatos de combustión, braseros, velas, incienso u otras actividades que generen humo o partículas en suspensión.
- Reducir la actividad física intensa, tanto en exteriores como en interiores, ya que aumenta la cantidad de aire inhalado y, con ello, la exposición a los contaminantes presentes en el humo.

Si resulta imprescindible permanecer en el exterior, se recomienda utilizar una mascarilla autofiltrante FFP2, correctamente ajustada al rostro. Las mascarillas **quirúrgicas, las mascarillas de tela o los pañuelos no proporcionan una protección** adecuada frente a las partículas presentes en el humo.

Las personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares deberán seguir las recomendaciones de los profesionales sanitarios responsables de su seguimiento y mantener disponible la medicación prescrita, especialmente la medicación inhalada en el caso de las personas asmáticas.

Recomendaciones en el domicilio

Cuando exista presencia de cenizas:

- Limpie las superficies utilizando un paño húmedo.
- Humedezca previamente el suelo antes de barrer para evitar que las partículas finas vuelvan a quedar suspendidas en el aire.
- Utilice una mascarilla FFP2 durante las tareas de limpieza cuando exista una acumulación importante de cenizas.
- Lávese las manos una vez finalizadas las tareas de limpieza.
- Una vez desaparezca la presencia de humo, ventile adecuadamente la vivienda.