



# Ayudar a pacientes a establecer un plan de acción contra incendios forestales/humo de incendios forestales

## Para personal de salud

La frecuencia e intensidad de los incendios forestales van en aumento, con impactos en la salud de mayor alcance por el humo, incluido el incremento de enfermedades respiratorias, visitas a la sala de urgencias y las hospitalizaciones, especialmente para las poblaciones con mayor riesgo de exposición.

A continuación se presenta una guía preventiva para prepararse a tener conversaciones con sus pacientes a fin de finalizar el **Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias** y el **Plan de acción contra el humo de incendios forestales y de sugerencias incluidos** en esta caja de herramientas.

## Antes de los impactos de incendios forestales

### Asegúrese que sus pacientes conozcan los riesgos por incendios forestal y el humo de los mismos

**Pregunte:** ¿Conoce los riesgos para su salud por incendios forestales y el humo de los mismos?

Hable con su paciente sobre la manera en que los incendios forestales pueden afectar su salud. Puede encontrar información para esa conversación en el documento **Incendios forestales y salud**; para más detalles sobre riesgos a nivel local, visite: <https://wildfirerisk.org/explore>

### Evalúe si es posible y de qué manera pueden acceder sus pacientes a informes meteorológicos sobre humo e incendios forestales e índices de calidad del aire (ICA)

**Pregunte:** ¿Sabe cómo averiguar si hay fuego o humo cerca de donde vive?

Si sus pacientes no saben cómo acceder a la información sobre humo e incendios forestales, puede sugerir que usen la aplicación meteorológica de su teléfono, su estación de televisión de noticias local o ir a [fire.airnow.gov](https://fire.airnow.gov). Si es posible, muéstreles cómo acceder a los datos de visualización de pronósticos en [NOAA-HRRR](https://noaa-hrrr) (en el panel de la izquierda, haga clic en el pequeño ojo que está a la derecha de Surface Smoke (Humo en la Superficie). Después haga clic en el botón de reproducción en la esquina inferior izquierda de la pantalla.).

Ahora existen **sensores de bajo costo** que permiten a las personas monitorear el aire en sus hogares y comunidades. La EPA tiene recursos disponibles sobre sensores de bajo costo aquí: <https://www.epa.gov/air-sensor-toolbox>. Los ejemplos de uso en las comunidades se encuentran en: <https://www.cleanairmethow.org/get-involved>.

Si se necesita información más detallada, puede proporcionarles el folleto **Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias**.

### Evalúe el entorno del hogar para determinar si hay fuentes de contaminación del aire interior

Conforme a la guía sobre acciones a tomar en caso de humo de incendios forestales o ICA elevado, considere la posibilidad de que sus pacientes puedan experimentar exposición a altos niveles de contaminación del aire interior; por ejemplo, humo del tabaco, fuego de leña, velas, incienso o productos de limpieza, así como la aspiradora. Cocinar también puede liberar contaminantes al aire, especialmente si se prepararan alimentos en una estufa de gas. Se deben usar campanas extractoras para estufas si están disponibles.

Si la casa de su paciente tiene un **sistema de ventilación forzada** (es decir, el aire entra en las habitaciones a través de las rejillas de ventilación), es posible que aumente la entrada de contaminación del aire exterior al interior, incluso con filtración de aire. Si el ICA es superior a 50, cerrar las ventanas puede ayudar a evitar que la contaminación del aire exterior entre en el interior, pero también puede aumentar la exposición al calor, especialmente si no hay aire acondicionado disponible.

En algunos casos, sus pacientes pueden tener **purificadores de aire portátiles**. En caso de una necesidad médica, un miembro del personal de salud puede recetar un purificador de aire y posiblemente lograr el reembolso por su seguro de salud. Los purificadores de aire portátiles tienen una amplia gama de funciones para eliminar los contaminantes del aire. La unidad debe tener el tamaño adecuado para los pies cuadrados de la habitación en la que opera.

Los purificadores de aire suelen tener una clasificación MERV (valor mínimo de eficiencia reportado) o contar con la certificación HEPA. De ser posible, sus pacientes deberían tener un filtro de aire con una clasificación MERV de al menos 13, que debe eliminar como mínimo el 60% de las partículas de 2,5 micras de diámetro o menores. Los filtros HEPA deberían eliminar un porcentaje mayor. Asimismo, puede evaluar la tasa de suministro de aire limpio (CADR, por sus siglas en inglés), medida de la eficiencia de la limpieza del aire, mientras más alta más eficiente es la limpieza.

Sus pacientes también pueden elaborar purificadores de aire improvisados adecuados para uso temporal con materiales disponibles en ferreterías locales.

De igual manera, sus pacientes pueden crear una **habitación con aire limpio** al mantener las ventanas y puertas cerradas de dicha habitación y usar un purificador de aire. Lo anterior se describe con más detalle en **Todo lo que se necesita saber acerca de los purificadores de aire**.

**Pregunte:** ¿Usa un purificador de aire en su hogar? De ser así, ¿de qué tipo y dónde se encuentra colocado?

**Pregunte:** ¿Se ha inscrito para recibir alertas de emergencia?

Una alternativa es inscribirse en <https://local.nixle.com/register/> o sugerir otras opciones de alerta locales.

## Durante los impactos de incendios forestales

### Elabore un plan para cada nivel de ICA acorde al estado de salud de sus pacientes y de la calidad del aire interior

Puede revisar el **Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias** con sus pacientes y completar la sección 2 según su estado de salud y circunstancias de vida.

Si desea obtener mayor información sobre actividades para distintos grupos de personas de acuerdo con el ICA, visite: <https://www.airquality.org/Communications/Documents/AB%20661%20AQI%20Chart%20General%20Public%20Rebrand%20-%20FINAL.pdf>

Las opciones que el personal de salud puede seleccionar para sus pacientes en el plan de acción incluyen:

- Es posible estar al aire libre sin riesgos (niveles de ICA<50)
- Limite el tiempo al aire libre a unas cuantas horas al día
- Trate de permanecer en el interior hasta que el aire sea más seguro
- Mantenga las ventanas y puertas cerradas
- Utilice un filtro de aire interior
- Use un tapabocas N95 o P100, especialmente al aire libre
- Permanezca en una habitación con aire limpio
- Coordine la evacuación hacia un lugar con mejor calidad del aire

En el plan de acción, para cada rango de ICA (por ejemplo, 0-50, 51-100, etcétera), puede seleccionar las medidas que considere más apropiadas en función del conocimiento de las condiciones médicas de su paciente, el acceso a un espacio de aire limpio, la capacidad de evacuación y otros factores. Se puede encontrar más orientación sobre cómo elegir las acciones apropiadas en el documento adjunto del Juego de herramientas titulado **Incendios forestales y salud**.

## Determine la probabilidad de que su pacientes obedezcan una orden de evacuación y ayúdeles a desarrollar un plan de evacuación

**Pregunte:** Si hubiera una orden de evacuación, ¿qué probabilidades habría de que usted la obedeciera?

En el caso de personas poco dispuestas a evacuar, —especialmente las personas con afecciones médicas crónicas o que dependen del oxígeno en casa—, convendría revisar los riesgos del humo e incendios forestales (consulte **Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias**) porque podría contribuir a motivarlas a evacuar cuando fuera necesario.

Establecer un plan antes de que ocurra una amenaza inminente de incendio puede salvar vidas, especialmente si su paciente requiere asistencia durante una evacuación. Le invitamos a completar el **Plan de acción contra incendios forestales y hoja de sugerencias** con sus pacientes. Puede encontrar recursos disponibles en [ready.gov](https://www.ready.gov) para ayudarle a crear planes de evacuación.

**Pregunte:** De haber una evacuación, ¿a dónde iría?

**Pregunte:** En caso de evacuación, ¿qué pasos debe tomar? ¿Necesitará ayuda durante la evacuación? De ser así, ¿a quién llamaría?

Si pacientes de alto riesgo no cuentan con la asistencia necesaria para una evacuación, un miembro del personal de salud puede pedirles permiso para compartir su información de contacto con la oficina local de gestión de emergencias.

## Después de los impactos de incendios forestales

### Aconseje a sus pacientes asegurarse que su casa es segura para entrar y conocer los riesgos para la salud después de incendios forestales

**Pregunte:** ¿Conoce los riesgos para su salud después de un incendio forestal?

Ayude a su paciente a identificar los riesgos para su salud después de incendios forestales. Encontrará más información para ese fin en el documento **Incendios forestales y salud**.

**Hable con sus pacientes sobre el control de las afecciones médicas a largo plazo y cualquier problema de salud mental después de incendios forestales**

El periodo posterior a un incendio forestal puede ser muy estresante para pacientes porque se agudizan las enfermedades crónicas y los problemas para acceder alimentos limpios, agua y refugio. Hacer un seguimiento proactivo de pacientes de mayor riesgo con comorbilidades médicas o que viven con problemas de movilidad es de particular importancia.

**Pregunte:** ¿Cómo cree que está su salud después del incendio forestal? ¿Tiene acceso a todas las cosas que necesita, como comida, agua, refugio?

Del mismo modo, puede haber estresores significativos que afecten la salud mental después de un incendio forestal y es importante hablar de esto y ofrecer recursos locales para atender el problema.

**Pregunte:** ¿Cómo cree que está su salud mental después del incendio forestal? ¿Tiene todos los recursos que necesita?

## Notas: