

13 de octubre, 2017

Estimados padres y guardianes,

A la luz de los cierres escolares de hoy, los siguientes son consejos para mantener a nuestros niños y a nosotros mismos seguros en casa cuando la calidad del aire es pobre.

Estamos recomendando que la gente se quede en el interior tanto como sea posible y trate de impedir que entre el aire de afuera. Mantenga las puertas y ventanas cerradas y ponga los sistemas de aire acondicionado y los sistemas de ventilación del automóvil en "recircular".

No estamos recomendando el uso de máscaras quirúrgicas o de polvo para proteger contra el aire ahumado - la mayoría no son eficaces para detener las partículas finas del humo de incendios forestales. Estas máscaras pueden proporcionar falsas garantías sobre la actividad al aire libre.

Una máscara N-95, cuando está bien usada - bien sellada alrededor de la nariz y la boca - puede proporcionar cierta protección pero los modelos comercialmente disponibles no se ajustan bien en los rostros de niños más pequeños. A los niños les resulta difícil seguir las instrucciones de uso de la máscara durante largos períodos

La actividad física aumenta la respiración y atrae el aire ahumado a los pulmones, causando más irritación. Recomendamos que los niños se abstengan de practicar una actividad física vigorosa y que limiten el tiempo al aire libre.

Los niños con asma deben seguir sus planes de acción contra el asma y mantener su medicina de alivio rápido a mano.

Para los padres que buscan una alternativa segura para permanecer en casa, considere su biblioteca local para una actividad tranquila. Además de la biblioteca de su ciudad, el sistema de Biblioteca Libre del Condado de Marin tiene las siguientes bibliotecas abiertas mañana:

Civic Center Library 10-6  
Fairfax Library 12-5  
Inverness Library 3-6  
Marin City Library 12-5  
Point Reyes Library 10-2  
South Novato Library 12-5  
Stinson Beach Library 10-6

Las familias también pueden considerar el ofrecerse como voluntarios en el Centro de Evacuación del Condado de Marin, sirviendo a familias desplazadas por incendios a través del Centro de Liderazgo para Voluntarios y Sin Fines de Lucro ([www.cvnf.org](http://www.cvnf.org)).

Para obtener información actualizada sobre la calidad del aire en el Área de la Bahía visite: <http://www.baaqmd.gov>.

Esta ha sido una semana desafiante para los residentes de toda la región, y nuestros corazones están con los que están al norte de nosotros y experimentando este desastre más directamente.

Gracias por todo lo que hacen para ayudar a nuestros hijos a prosperar.

Matt

Matthew Willis, MD MPH  
Director de Salud Pública  
del Condado de Marin  
Departamento de Servicios Humanos y de la Salud  
3240 Kerner Blvd  
San Rafael, CA, 94901

[415-473-4163](tel:415-473-4163) T  
[415-473-2326](tel:415-473-2326) F  
[mwillis@marincounty.org](mailto:mwillis@marincounty.org)