

# El humo de los incendios forestales

En definitiva, una situación preocupante para todos los trabajadores [de Ontario]

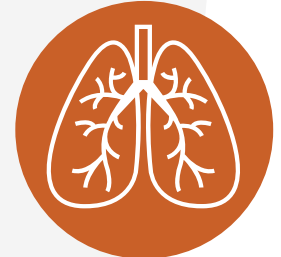
El humo de los incendios forestales está compuesto de una mezcla compleja de:



El mayor riesgo para la salud debido al humo proviene de las partículas finas (PM2.5). Estas partículas microscópicas pueden irritar o causar daño a:



OJOS



SISTEMA RESPIRATORIO

El humo de los incendios forestales puede afectarte al trabajar tanto en lugares cerrados como al aire libre

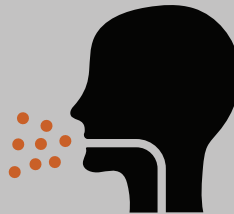
## Señales y Síntomas



ARDOR DE OJOS



ESCURRIMIENTO NASAL



TOS CON FLEMA



DOLOR DE GARGANTA



DIFICULTAD PARA RESPIRAR

## Trabajadores Vulnerables

Algunas personas son más susceptibles que otras a que el humo les cause daño:



ENFERMEDADES RESPIRATORIAS (p. ej. asma, EPOC, COVID)



ENFERMEDADES CARDÍACAS



OTROS PROBLEMAS DE SALUD



OTROS GRUPOS DE ALTO RIESGO

## Prevención

### Trabajando al aire libre



**CONSULTE** el Índice de la Calidad del Aire y Salud (AQHI por sus siglas en inglés)\* para recomendaciones en su región

\*[www.airqualityontario.com/aqhi/](http://www.airqualityontario.com/aqhi/)



**TOMAR DESCANSOS** dentro de - edificios o vehículos (los filtros de aire de los vehículos, filtran PM2.5)



**USE** un respirador que ajuste bien (un N95 o mejor)



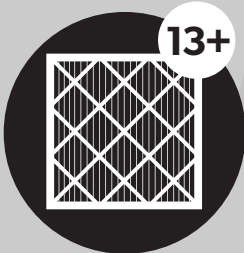
**EVITAR** el esfuerzo excesivo

### Trabajando en lugares cerrados

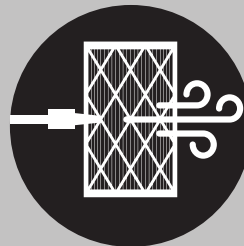
**REDUCIR** la exposición al aire exterior



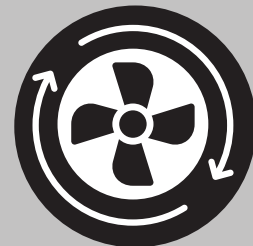
**COMUNICAR TODAS** sus preguntas, dudas y síntomas a su supervisor o Comité de Salud y Seguridad / Representante



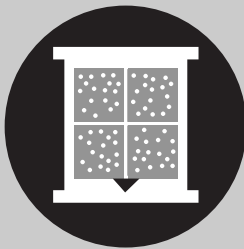
**ASEGÚRESE** que los filtros de aire en su sistema de climatización (HVAC por sus siglas en inglés) sean MERV 13 o superior



**LIMPIAR o SUSTITUIR** los filtros de aire que están sucios o en mal estado



**COMPROBAR** que el ventilador de su unidad de calefacción esté funcionando



**MANTENER** todas las ventanas y puertas cerradas



**MEJORAR** los sistemas mecánicos de ventilación con limpiadores de aire portátiles (p. ej. DIY caja Corsi-Rosenthal)



**EVITAR** purificadores de aire con ionizadores

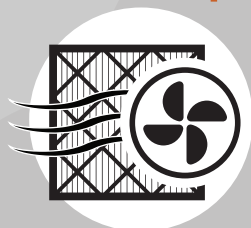
**RECUERDA** cada persona reaccionará de manera diferente o tendrá diferentes tolerancias a el humo de los incendios forestales.

Desafortunadamente, no hay reglas específicas para empleadores sobre el aire en el exterior o interior.

No obstante, la ley estipula que deben hacer todo lo **'razonable'** para proteger a los trabajadores.

## Responsabilidades del Empleador

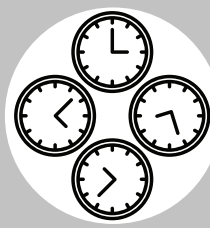
### Los empleadores deben proporcionar



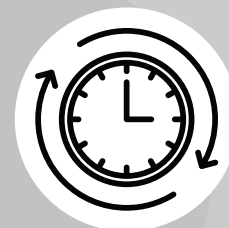
FILTRACIÓN ADECUADA DEL AIRE, VENTILACIÓN / CIRCULACIÓN DE AIRE



RESPIRADORES ADECUADOS CON BUEN AJUSTE (N95 o superior)



DESCANSOS ADICIONALES



RE-AGENDAR EL TRABAJO INTENSO



AMBIENTAL / PLAN DE RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS



INFORMACIÓN y CAPACITACIÓN



MONITOREO Y COMUNICACIÓN DEL AQHI

Los empleadores también deben tener un proceso para **IDENTIFICAR, PREVENIR y REDUCIR** los factores que contribuyen a los efectos del humo de los incendios forestales. Este proceso deberá:



**INVOLUCRAR** a los trabajadores, a los representantes de salud y seguridad, y/o a los miembros de la junta directiva de salud y seguridad



**PROPORCIONAR** traducción / interpretación cuando sea necesario para que todos puedan contribuir eficazmente



**CONTAR** con el apoyo del empleador para garantizar que los trabajadores se sientan cómodos de participar

### Jerarquía de Controles



- R** **RECONOCER** el riesgo / posibles mejoramientos
- E** **EVALUAR** el nivel de peligro que genera el riesgo potencial
- C** **CONTROLAR** el riesgo usando la Jerarquía de Controles
- M** **MEDIR** la efectividad e identificar la posibilidad de mejorar

# Índice de la Calidad del Aire y Salud (AQHI) Recomendaciones para la salud

Para saber la condición del aire en su área, consulte su índice en: [www.airqualityontario.com/aqhi/](http://www.airqualityontario.com/aqhi/)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	10+
<b>Nivel de Riesgo a la Salud</b>	<b>BAJO</b>			<b>MODERADO</b>			<b>ALTO</b>			<b>MUY ALTO</b>	
<b>Índice de la Calidad del Aire y Salud</b>	<b>1-3</b>			<b>4-6</b>			<b>7 - 10</b>			<b>Por encima de 10</b>	
<b>Población en Riesgo</b>	Disfrute de sus actividades al aire libre habituales.			Considere reducir o reagendar actividades físicas vigorosas al aire libre			Reducir o reagendar actividades físicas vigorosas al aire libre. Las personas vulnerables también deberían cuidarse.			Evite las actividades físicas vigorosas al aire libre. Las personas vulnerables también deben evitar el esfuerzo físico al aire libre.	
<b>Población en General</b>	Calidad ideal del aire para actividades al aire libre.			No es necesario modificar sus actividades al aire libre habituales a menos que experimente síntomas como tos e irritación de la garganta.			Considere reducir o reagendar actividades físicas vigorosas al aire libre si experimenta síntomas como tos e irritación de la garganta.			Reducir o reagendar las actividades físicas vigorosas al aire libre, especialmente si experimenta síntomas como tos e irritación de la garganta.	

Los trabajadores vulnerables tienen mayor riesgo.  
Siga los consejos normales de su médico sobre su tratamiento y control de su condición.

## Recursos y Herramientas Adicionales

[Wildfire smoke, air quality and your health](#) [Government of Canada]

[Wildfire smoke and your health](#) [Government of Canada]

[How to prepare for wildfire smoke](#) [Government of Canada]

[Combined wildfire smoke and heat](#) [Government of Canada]

[Using an air purifier to filter wildfire smoke](#) [Government of Canada]

[Air Quality Health Index \(AQHI\)](#) [Government of Ontario]

[Wildfires and Indoor Air Quality \(IAQ\)](#) [United States Environmental Protection Agency]

[My AQI Air - PM2.5 / Pollution](#) [Apple / JB STEVENARD]

[Firesmoke Canada](#)

[Make Your Own Air Filters](#) [OHCOW]

07-09-23



**OHCOW**

Clínicas de Salud Ocupacional para Trabajadores de Ontario Inc.