



Town of Name

Para mais informações, ligue para 555-555-5555 ou acesse ourwebsite@town.com

ALERTAS DE QUALIDADE DO AR

Modelos climáticos preveem que as mudanças climáticas levarão a um aumento de eventos de calor extremo e poluição do ar associada nos próximos anos. O calor, a poluição do trânsito e a fumaça de incêndios florestais aumentam a poluição do ar.

Pessoas com asma e outras doenças respiratórias e cardiovasculares correm alto risco durante períodos de deterioração da qualidade do ar. Idosos, crianças pequenas e trabalhadores ao ar livre também correm alto risco.

DURANTE UM ALERTA DE QUALIDADE DO AR

- Reduza gatilhos comuns de asma em casa: fumo passivo, poeira, pelos e caspas de animais e mofo.
- Use filtros de ar portáteis ou ar-condicionado.
- Mantenha os níveis de umidade interna entre 30% e 50% usando ar-condicionado, ventiladores ou desumidificadores.
- Limite o tempo ao ar livre em dias com alta poluição ou alta contagem de pólen.
- Caminhe, ande de bicicleta ou use o transporte público.
- Conheça os sinais de desidratação e superaquecimento.

Se você apresentar sintomas de infecção, entre em contato com seu médico, enfermeiro ou clínica de saúde.



Esta publicação foi promovida pelos seguintes Acordos de Cooperação: Acordo Cooperativo de Preparação para Emergências de Saúde Pública (PHEP) e Acordo Cooperativo do Programa de Preparação Hospitalar (HPP), dos Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC) e/ou da Administração para Preparação e Resposta Estratégica (ASPR). Seus conteúdos são de responsabilidade exclusiva dos autores e não necessariamente representam as visões oficiais do CDC e/ou da ASPR.

FONTE: Departamento de Saúde Pública de Massachusetts