



Entregan recomendaciones para protegerse del humo de incendios

COMPLICACIONES. *Autoridades enumeraron medidas de autocuidado ante el aumento de focos en la región.*

Ante el aumento del riesgo de incendios forestales y la presencia de humo en distintas zonas de la región, las autoridades han entregado una serie de recomendaciones. La exposición prolongada al humo puede provocar desde molestias leves hasta complicaciones graves en personas con enfermedades respiratorias crónicas, niños, adultos mayores y embarazadas.

La subdirectora (s) de Gestión Asistencial del Servicio de Salud Ñuble, Dra. Claudia Quezada, enfatizó en la importancia de evitar la exposición al humo y seguir medidas preventivas dentro del hogar. "Para proteger su salud ante las temperaturas extremas, evite realizar actividades deportivas. Mantenga puertas y ventanas cerradas para prevenir la entrada de humo en su hogar. Si

es necesario, refuerce el sellado con paños húmedos. Además, reduzca otras fuentes de contaminación en interiores: evite fumar o encender elementos que generen humo o gases", indicó la especialista.

Además, las autoridades recomiendan monitorear la calidad del aire en la zona y, en caso de que los niveles de contaminación sean altos, procurar el uso de mascarillas o pañue-

los húmedos al salir de casa.

La doctora Quezada realizó un llamado especial a las personas con mayor riesgo de complicaciones respiratorias. En caso de presentar estos síntomas, se debe acudir a un centro de salud para una evaluación médica o comunicarse con las líneas de emergencia disponibles. Para resolver dudas o recibir orientación en caso de malestar, la comunidad puede comunicarse con Salud Responde al 600 360 7777, servicio disponible las 24 horas del día.