

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para individuos, familias y cuidadores.



ICA 0-50

Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Sin límites. Es un buen día para realizar actividades al aire libre.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

ICA 51-100

Moderado

¿Quién se debe preocupar?

Las personas que son inusualmente sensibles a la contaminación por partículas, sobre todo las que padecen asma.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles:

Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas y esté atento a los síntomas, como tos o dificultad para respirar.

Todos los demás:

Es un buen día para realizar actividades al aire libre.

ICA 101-150

Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar? Sensitive groups such as people with heart or lung disease like asthma, older adults, children and teenagers.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles:

Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas, tome más descansos y esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar. Las personas con asma deben seguir sus planes de acción para el asma y tener a mano medicamentos de alivio rápido. Las personas con síntomas de enfermedad cardíaca: Comuníquese con su proveedor de atención médica si experimenta palpitaciones cardíacas, dificultad para respirar o fatiga inusual.

Todos los demás: Realice actividades al aire libre más cortas y menos intensas.

ICA 151-200

Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles:

Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas, tome más descansos y esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar.

Todos los demás: Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas y tome más descansos durante todas las actividades al aire libre.

ICA 201-300

Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles y las personas con problemas de salud:

Quédese adentro o busque refugio en el interior. Evite toda actividad física al aire libre.

Todos los demás: Quédese adentro si es posible. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5), realice actividades más cortas y menos intensas y tome más descansos.

ICA 301-500

Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles y las personas con problemas de salud:

Stay indoors or seek indoor shelter. Avoid all physical activity outdoors.

Todos los demás: Quédese adentro si es posible. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5), realice actividades más cortas y menos intensas y tome más descansos.

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM2.5).

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para las escuelas, los deportes escolares, el cuidado infantil y los campamentos diurnos.



ICA 0-50

Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Sin límites. Es un buen día para realizar actividades al aire libre.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

ICA 51-100

Moderado

¿Quién se debe preocupar?

Los niños que son inusualmente sensibles a la contaminación por partículas, sobre todo los que padecen asma.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles:

Considere hacer que las actividades al aire libre sean más cortas o elija actividades menos intensas. Vigile a los niños y adolescentes para detectar síntomas, como tos o dificultad para respirar. Asegúrese de que los estudiantes con asma sigan sus planes de acción para el asma y controlen médicamente su afección de acuerdo con su plan. Supervise los pronósticos del ICA.

Todos los demás:
Es un buen día para realizar actividades al aire libre.

ICA 101-150

Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar?

Los grupos sensibles como bebés, niños y adolescentes, especialmente aquellos con enfermedades cardíacas o pulmonares como el asma.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles:

Ponga a disposición el espacio interior (con filtración de aire) o ponga a disposición opciones de actividades en interiores. Los niños con asma deben seguir planes de acción para el asma y controlar médicamente su afección.

Todos los demás:

Todos los niños deben realizar actividades más cortas y menos intensas para reducir la frecuencia respiratoria y estar atentos a síntomas como tos o dificultad para respirar. Para actividades más largas, aumente los periodos de descanso y las sustituciones para reducir la frecuencia respiratoria de los atletas.

ICA 151-200

Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas

¿Qué debo hacer?

Considere trasladar todas las actividades a un lugar interior con filtración de aire. Limite las actividades al aire libre para todos los estudiantes, niños y adolescentes. Observe a los estudiantes para detectar síntomas como tos o dificultad para respirar. Los estudiantes con asma deben seguir los planes de acción para el asma, permanecer en el interior y tener sus medicamentos con ellos o con un adulto designado.

ICA 201-300

Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Cancele todas las actividades al aire libre. Traslade todas las actividades al interior y sustitúyalas por opciones más cortas y menos intensas. Cualquier práctica o evento deportivo al aire libre debe reprogramarse, trasladarse al interior a un espacio con filtración de aire o cancelarse. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5).

ICA 301-500

Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Cancele todas las actividades al aire libre. Traslade todas las actividades al interior y sustitúyalas por opciones más cortas y menos intensas. Cualquier práctica o evento deportivo al aire libre debe reprogramarse, trasladarse al interior a un espacio con filtración de aire o cancelarse. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5).

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM2.5).

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para los planificadores de eventos al aire libre.



**ICA
0-50**
Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Sin límites. Es un buen día para realizar actividades al aire libre.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

**ICA
51-100**
Moderado

¿Quién se debe preocupar?

Las personas que son inusualmente sensibles a la contaminación por partículas, sobre todo las que padecen asma.

¿Qué debo hacer?

Siga los protocolos del plan de preparación y respuesta de su evento. Vigile los pronósticos del índice de calidad del aire (ICA). Continúe con el evento según lo planeado. Considere alentar a los participantes del evento a vigilar las condiciones de calidad del aire. Tenga en cuenta que las personas inusualmente sensibles deben limitar el tiempo al aire libre, realizar actividades más cortas y menos intensas y estar atentos a los síntomas, como tos o dificultad para respirar.

**ICA
101-150**
Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar?

Los grupos sensibles como personas con enfermedades cardíacas o pulmonares como asma, adultos mayores, niños, adolescentes y personas embarazadas.

¿Qué debo hacer?

Siga los protocolos de su plan de preparación y respuesta ante emergencias de su evento. Supervise regularmente el ICA para los pronósticos de partículas finas (PM2.5). Anime a las personas de mayor riesgo a vigilar las condiciones del aire y decidir cuales actividades en el evento son seguras para ellos. Considere compartir información y educación con los asistentes al evento, el personal y los voluntarios, incluso para estar atento a síntomas como tos o dificultad para respirar.

**ICA
151-200**
Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Siga los protocolos del plan de preparación y respuesta de su evento. Si es posible, intente reubicar el evento en un interior o en un lugar donde el ICA actual sea seguro. Proporcionar información sobre la calidad del aire a los asistentes y al personal del evento. Considere compartir información educativa sobre salud con los asistentes al evento y el personal y los voluntarios para que puedan decidir si participan o no. Anime a los asistentes a estar atentos a síntomas como tos o dificultad para respirar.

**ICA
201-300**
Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Siga los protocolos del plan de preparación y respuesta de su evento. Cancele, re programe o mueva el evento al interior. Proporcione información educativa sobre la calidad del aire a todos los participantes y al personal del evento. Considere permitir que las actividades programadas (por ejemplo, artistas individuales) se retiren del evento o reprogramen actividades individuales. Considere proporcionar mascarillas N95 a los asistentes y al personal o voluntarios para filtrar partículas finas (PM2.5).

**ICA
301-500**
Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Siga los protocolos del plan de preparación y respuesta de su evento. Cancele, re programe o mueva el evento al interior. Proporcione información sobre las preocupaciones relacionadas con la calidad del aire a todos los participantes y al personal del evento. No se pueden realizar actividades al aire libre. Considere proporcionar mascarillas N95 a los asistentes y al personal o voluntarios para filtrar partículas finas (PM2.5).

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM2.5).

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para los trabajadores al aire libre.



ICA 0-50

Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Siga las recomendaciones de la Occupational Safety and Health Administration (OSHA) para descansar y aliviarse. Manténgase al tanto de la calidad del aire local alrededor de la zona de trabajo.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

ICA 51-100

Moderado

¿Quién se debe preocupar?

People who are unusually sensitive to particle pollution, particularly those with asthma.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles: Vigile el índice de calidad del aire (ICA) para conocer las previsiones de las partículas finas (PM2.5) y el ozono. Considere la posibilidad de reducir el esfuerzo físico prolongado o intenso, especialmente en el caso de personas que puedan ser inusualmente sensibles. Anime a los empleados y gerentes a estar atentos a síntomas como tos o dificultad para respirar. Estas son señales de que hay que tomárselo con más calma.

Todos los demás:

Es un buen día para estar al aire libre.

ICA 101-150

Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar?

Los grupos sensibles como personas con enfermedades cardíacas o pulmonares como asma, adultos mayores, adolescentes y personas embarazadas.

¿Qué debo hacer?

Vigile regularmente los pronósticos del ICA y alerte a los empleados cuando los niveles alcancen 101 o más. **Los grupos sensibles:** Considere reducir el esfuerzo prolongado o intenso. Las personas con asma deben seguir sus planes de acción para el asma y tener a mano medicamentos de alivio rápido.

Todos los demás:

Esté atento a los síntomas, como tos o dificultad para respirar. Para la contaminación por partículas finas (PM2.5), los empleadores pueden proporcionar mascarillas N95 a los empleados que las soliciten, siempre que no interfieran con otros equipos de seguridad.

ICA 151-200

Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Si es posible, reubique el trabajo en una ubicación donde el valor actual del ICA para las PM2.5 sea menor, cambie los horarios de trabajo o reduzca la intensidad del trabajo. Si los trabajadores deben estar al aire libre, ofrezca descansos según sea necesario en edificios, estructuras o vehículos cerrados donde el aire se filtre de manera efectiva. Para la contaminación por partículas finas (PM2.5), los empleadores deben proporcionar respiradores con mascarilla filtrante, como mascarillas N95, a los empleados que los soliciten, siempre que los respiradores no interfieran con otros equipos de seguridad.

ICA 201-300

Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Cancele, re programe o traslade el trabajo al interior. Si los trabajadores deben estar al aire libre, ofrezca descansos en edificios, estructuras o vehículos cerrados donde el aire se filtre de manera efectiva. Proporcione respiradores a todos los trabajadores para uso obligatorio de acuerdo con el programa de protección respiratoria del empleador. Para la contaminación por partículas finas (PM2.5), los empleadores deben proporcionar mascarillas N95 a los empleados que las soliciten, siempre que los respiradores no interfieran con otros equipos de seguridad.

ICA 301-500

Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Cancele, re programe o mueva el trabajo al interior. Si los trabajadores deben estar al aire libre, ofrezca descansos según sea necesario en edificios, estructuras o vehículos cerrados donde el aire se filtre de manera efectiva. Cuando cancelar el trabajo no sea una opción, proporcione respiradores a todos los trabajadores para uso obligatorio de acuerdo con el programa de protección respiratoria del empleador.

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM2.5).

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para los campamentos recreativos y educativos.



ICA
0-50
Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Sin límites. Es un buen día para realizar actividades al aire libre.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

ICA
51-100
Moderado

¿Quién se debe preocupar?

Los niños y adolescentes que son inusualmente sensibles a la contaminación por partículas, particularmente aquellos con asma.

¿Qué debo hacer? Las personas inusualmente sensibles:

Vigile el ICA para los pronósticos de las PM_{2.5} y el ozono. Considere hacer que las actividades al aire libre sean más cortas o elija actividades menos intensas. Vigile a los niños y adolescentes para detectar síntomas, como tos o dificultad para respirar. Asegúrese de que los campistas con asma sigan sus planes de acción para el asma y controlen médicamente su afección en consulta con la enfermera del campamento o de forma independiente con el permiso de los padres.

Todos los demás:
Es un buen día para realizar actividades al aire libre.

ICA
101-150
Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar?

Los grupos sensibles como niños, adolescentes y personas con asma, enfermedades cardíacas o pulmonares.

¿Qué debo hacer?
Limite las actividades al aire libre para todos los campistas. Sustituya las actividades al aire libre por otras más cortas y menos intensas y aumente los descansos. Considere trasladar todas las actividades a un lugar interior con filtración de aire si está disponible. Esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar. Cualquier persona que informe estos síntomas debe trasladarse al interior a un espacio con filtración de aire. Los niños con asma deben seguir los planes de acción para el asma y tener sus medicamentos de alivio rápido con ellos o con el personal supervisor del campamento.

ICA
151-200
Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas

¿Qué debo hacer?
Limite las actividades al aire libre para todos. Sustituya las actividades al aire libre por otras más cortas y menos intensas y aumente los descansos para reducir la frecuencia respiratoria. Considere trasladar todas las actividades a un lugar interior con filtración de aire si está disponible. Esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar. Cualquier persona que informe estos síntomas debe trasladarse al interior a un espacio con filtración de aire. Los niños con asma deben seguir los planes de acción para el asma y tener sus medicamentos de alivio rápido con ellos o con el personal supervisor del campamento.

ICA
201-300
Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?
Considere trasladar el campamento a un lugar interior con filtración de aire. Supervise a los campistas con síntomas, especialmente aquellos con asma u otras afecciones cardíacas y pulmonares. Considere cancelar el campamento si es posible. Cancele todas las actividades al aire libre. Quédese adentro siempre que sea posible. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM_{2.5}).

ICA
301-500
Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?
Cancele todas las actividades al aire libre. Evite la exposición al aire exterior hasta que la calidad del aire haya vuelto a niveles más seguros. Permanezca en el interior y mantenga bajos los niveles de actividad. Siga los consejos para sellar ventanas y puertas para evitar que las partículas se filtren en el interior. Si las personas no pueden evitar la exposición al aire exterior, puede ser útil usar una mascarilla N95 para filtrar partículas finas (PM_{2.5}) cuando están al aire libre.

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM_{2.5}).

Cómo entender los niveles del índice de calidad del aire (ICA)

Recomendaciones de salud y seguridad al aire libre para las entidades del gobierno tribales y locales y los departamentos de salud..



ICA 0-50

Bueno

¿Quién se debe preocupar?

Nadie

¿Qué debo hacer?

Sin límites. Es un buen día para realizar actividades al aire libre.



Para conocer las condiciones actuales de calidad del aire, escanee el código QR del mapa de calidad del aire del Department of Natural Resources (DNR) ([Wisconsin Department of Natural Resources \(DNR\) air quality map](https://www.dnr.wisconsin.gov/airquality)) o visite airquality.wi.gov.

ICA 51-100

Moderado

¿Quién se debe preocupar?

Las personas que son inusualmente sensibles a la contaminación por partículas, sobre todo las que padecen asma.

¿Qué debo hacer?

Las personas inusualmente sensibles:

Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas y esté atento a los síntomas, como tos o dificultad para respirar.

Todos los demás:

Es un buen día para realizar actividades al aire libre.

ICA 101-150

Dañino para los grupos sensibles

¿Quién se debe preocupar?

Los grupos sensibles como personas con enfermedades cardíacas o pulmonares como asma, adultos mayores, niños y adolescentes.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles: Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas, tome más descansos y esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar. Las personas con asma deben seguir sus planes de acción para el asma y tener a mano medicamentos de alivio rápido. Las personas con síntomas de enfermedad cardíaca: Comuníquese con su proveedor de atención de salud si experimenta palpitaciones cardíacas, dificultad para respirar o fatiga inusual.

Todos los demás:

Realice actividades al aire libre más cortas y menos intensas.

ICA 151-200

Dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles: Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas, tome más descansos y esté atento a síntomas como tos o dificultad para respirar.

Todos los demás:

Limite el tiempo al aire libre, realice actividades más cortas y menos intensas y tome más descansos durante todas las actividades al aire libre.

ICA 201-300

Muy dañino para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Los grupos sensibles y las personas con problemas de salud: Quédese en casa o busque refugio en un lugar cerrado. Evite toda actividad física al aire libre.

Todos los demás:

Si es posible, quédese en casa. Cuando esté al aire libre, considere usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5), realice actividades más cortas y menos intensas, y tome más descansos.

ICA 301-500

Peligroso para todos

¿Quién se debe preocupar?

Todos. El ICA es muy dañino para todas las personas.

¿Qué debo hacer?

Evite la exposición al aire exterior hasta que la calidad del aire haya vuelto a niveles más seguros. Permanezca en el interior y mantenga bajos los niveles de actividad. Siga los consejos para sellar ventanas y puertas para evitar que las partículas se filtren en el interior. Si las personas no pueden evitar la exposición al aire exterior, puede ser útil usar una mascarilla N95 para filtrar la contaminación por partículas finas (PM2.5) cuando están al aire libre.

Nota: Las mascarillas no pueden filtrar la contaminación por ozono a nivel del suelo, solo las partículas finas (PM2.5).

Cómo utilizar la tabla de calidad del aire para actividades al aire libre

El objetivo de esta tabla es proporcionar a los responsables de la toma de decisiones una serie de medidas recomendadas que pueden adoptar cuando el aire exterior no es apto para respirar. Para utilizar la tabla:

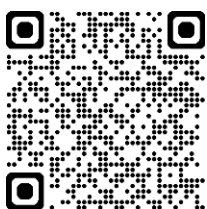
Paso 1: Consulte la calidad del aire en la página web sobre la calidad del aire del Department of Natural Resource (DNR) de Wisconsin ([Wisconsin Department of Natural Resource \(DNR\) air quality monitoring webpage](https://airquality.wi.gov)) (airquality.wi.gov). Al planificar el futuro, puede consultar el pronóstico de calidad del aire para la semana seleccionando "Pronóstico" en la navegación.

Paso 2: Si el índice de calidad del aire (ICA) es superior a 50, consulte la tabla para ver quién debería preocuparse y averigüe los próximos pasos para los grupos sensibles y la población en general.

Paso 3: Obtenga más información sobre la calidad del aire y cómo mantenerse seguro al aire libre cuando los niveles de ICA están elevados visitando la página web del DHS sobre la calidad del aire exterior y la salud ([DHS Outdoor Air Quality and Health webpage](https://dhs.wi.gov/climate/air.htm)) (dhs.wi.gov/climate/air.htm).

Consejo: Manténgase informado sobre la calidad del aire actual [registrándose para recibir avisos de calidad del aire del DNR](https://public.govdelivery.com/accounts/WIDNR/subscriber/new?topic_id=WIDNR_323) (public.govdelivery.com/accounts/WIDNR/subscriber/new?topic_id=WIDNR_323).

Otros recursos sobre la calidad del aire exterior



Para obtener más información sobre la calidad del aire, cómo afecta nuestra salud y otros recursos, escanee el código QR de la página web del DHS sobre la calidad del aire exterior y la salud ([DHS Outdoor Air Quality and Health webpage](https://dhs.wi.gov/climate/air.htm)) o visite dhs.wi.gov/climate/air.htm

Información adicional sobre la calidad del aire

Las partículas en suspensión (PM2.5) están formadas por partículas sólidas o líquidas que flotan en el aire. Estas partículas pueden incluir polvo, suciedad, hollín, humo, gotas de líquido y otros contaminantes. Algunas partículas son lo suficientemente grandes como para verlas, como el humo en el aire, y otras no se pueden ver en el aire. Respirar contaminación por partículas de cualquier tamaño puede dañar su salud. Las partículas más grandes pueden irritar los ojos, la nariz y la garganta. Las partículas diminutas, llamadas PM2.5, son más peligrosas porque pueden ingresar a partes profundas de los pulmones e incluso al torrente sanguíneo.

El ozono troposférico afecta con mayor frecuencia a los condados situados en el lago Michigan y sus alrededores durante el verano. Al igual que las PM2.5, puede dañar el corazón y los pulmones de todos y afectar la respiración de las personas con enfermedades pulmonares como el asma. El National Institute for Occupational Health and Safety no certifica actualmente mascarillas desechables ni respiradores reutilizables para filtrar la contaminación por ozono.

Las consideraciones de equidad son importantes al responder a un episodio de calidad del aire inseguro. Considere cómo ciertas personas sienten los impactos adversos en la salud más que otras. Los gobiernos locales y los responsables de la toma de decisiones deben identificar estrategias para apoyar a las personas con mayor riesgo de enfermarse y a aquellas que no pueden evitar las actividades al aire libre o no tienen acceso a un refugio interior, mediante actividades de divulgación, prevención e intervención. Estos grupos de personas incluyen a quienes trabajan al aire libre, las personas sin hogar, las que esperan el transporte público o los deportistas.

Algunas mascarillas pueden reducir la exposición a la contaminación del aire cuando los niveles de contaminación no son saludables. Si quedarse en el interior no es una opción, las mascarillas que filtran las partículas finas del aire (PM2.5) antes de inhalarlas pueden ser útiles cuando está al aire libre. Se recomiendan mascarillas N95 (a veces llamadas respiradores) y otras mascarillas clasificadas para filtrar partículas finas. Las mascarillas quirúrgicas y de tela no brindan la misma cantidad de protección contra la exposición a las PM2.5. No hay mascarillas ni respiradores certificados para filtrar el ozono a nivel del suelo.

