

¿CUÁL ES LA CALIDAD DEL AIRE Y LOS RIESGOS A LA SALUD?

El Informe Nacional de Calidad de Aire (2022), muestra que los contaminantes Material particulado "PM₁₀", "PM_{2.5}" y ozono (O₃) son los contaminantes con mayor incumplimiento de los límites normativos permisibles, significando riesgos a la salud de la población.

A nivel nacional, durante la temporada "Seca-Fría" se han registrado históricamente mayores niveles de concentración de partículas en el aire.

*Temporada "Seca Fría" comprende los meses de noviembre a finales de febrero.



¿Cómo identificar un día contaminado?

Una forma fácil es observar cualquier cerro si no se logra ver, quiere decir que el día está muy contaminado y se deben tomar precauciones.

¿Cómo se exponen las personas a las partículas PM_{2.5}?

Simple al respirar, inhalan aire contaminado con partículas, puede ocurrir durante periodos cortos o largos.

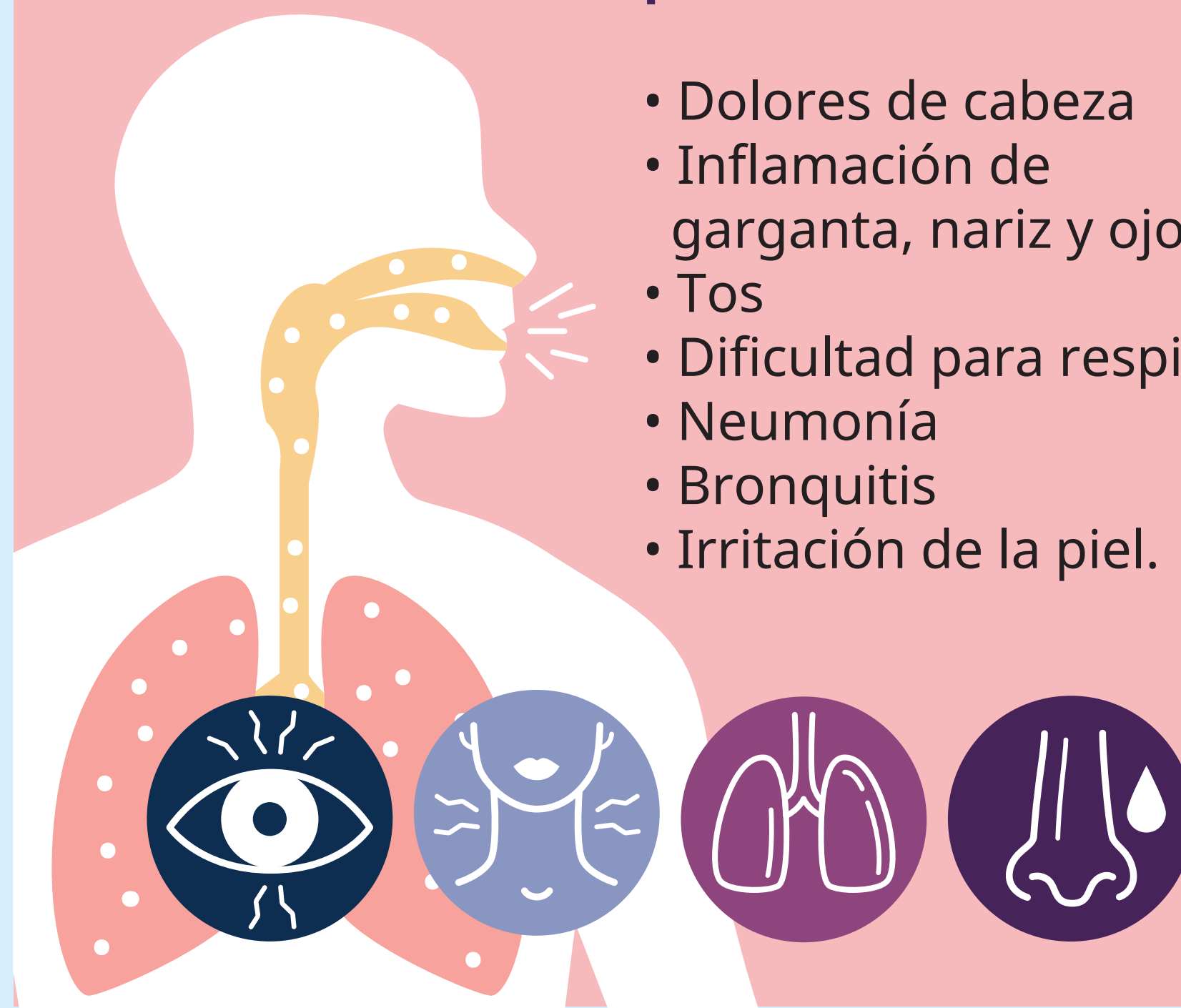
Riesgos y daños a la salud

A corto plazo, pueden ser desde:

- Dolores de cabeza
- Inflamación de garganta, nariz y ojos
- Tos
- Dificultad para respirar
- Neumonía
- Bronquitis
- Irritación de la piel.

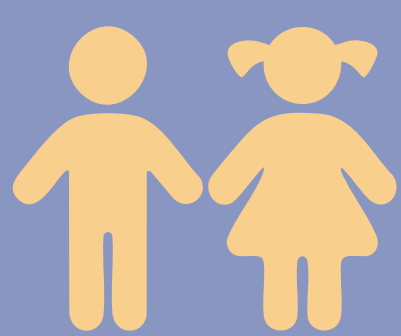
A largo plazo, pueden provocar:

- Enfermedades respiratorias crónicas, cardiovasculares y cerebrovasculares.
- Provocar afectaciones al sistema nervioso, así como a otros órganos.
- La exposición durante el embarazo puede resultar en bajo peso al nacer y parto prematuro.



Grupos poblacionales más sensibles

La mala calidad del aire afecta a todos, pero su impacto puede ser mayor en grupos vulnerables, como:



Niñas y niños



Mujeres embarazadas



Adultos mayores



Personas con enfermedades respiratorias o cardiovasculares

¿Cómo se mide la contaminación del aire?

Estaciones normativas de monitoreo atmosférico y el Sistema Nacional de Información de la Calidad del Aire



¿Cómo puedes protegerte de la contaminación del aire?

Consulta la calidad del aire que respiras, el nivel de riesgo y protégete con las recomendaciones del Índice AIRE Y SALUD en:

<https://sinaica.inecc.gob.mx/>

También consulta la página de calidad de AIRE Y SALUD de tu entidad