

# Protegiendo a los trabajadores expuestos al humo de incendios forestales: consejos prácticos



**Nota:** esta guía se aplica a lugares de trabajo bajo techo y al aire libre que pueden estar expuestos al aire con humo de incendios forestales y los fenómenos meteorológicos. Esta guía no cubre los peligros a los que están expuestos los bomberos y otro personal que trabaja en o cerca de incendios forestales activos.

El humo de los incendios forestales contiene muchos productos químicos peligrosos. Puede afectar los pulmones, agravando enfermedades como asma, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (COPD, por su sigla en inglés), bronquitis y neumonía. El humo de los incendios forestales también puede afectar el corazón y aumentar el riesgo de ataques cardíacos. Esta hoja informativa proporciona consejos prácticos que los empleadores pueden usar para proteger a sus trabajadores de los efectos del humo de los incendios forestales. Se recomienda seguir estas medidas para la seguridad de quienes trabajan tanto bajo techo como al aire libre.

## Conozca el nivel de calidad del aire

Visite el Blog de Humo en Washington [www.wasmoke.blogspot.com](http://www.wasmoke.blogspot.com) para ver pronósticos de humo e información sobre incendios forestales. El blog tiene un mapa que muestra el Índice de Calidad del Aire (AQI, por su sigla en inglés) PM2.5 de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por su sigla en inglés) y tiene un enlace a la Asesoría de calidad del aire de Washington: [www.ecology.wa.gov/waqa](http://www.ecology.wa.gov/waqa). El Departamento de Labor e Industrias del estado de Washington no aplica el Índice de Calidad del Aire (AQI) de EPA ni la Asesoría de Calidad del Aire de Washington (WAQA) como una norma reglamentaria. Estos índices de calidad del aire son herramientas de información que indican cuando la calidad del aire exterior es buena, moderada, poco saludable, no saludable o peligrosa, e indican cuando los trabajadores sanos pueden empezar a sufrir efectos en la salud.

## Trabajadores en riesgo

No todas las personas expuestas al humo se verán afectadas de la misma manera. Factores como la cantidad de humo, la duración de la exposición y el nivel de esfuerzo físico influirán en cómo se sienten los trabajadores en el trabajo. Además, considere los siguientes grupos y enfermedades:

- Trabajadores que actualmente padecen de enfermedades cardíacas o pulmonares
- Trabajadores mayores de 65 años
- Trabajadores en lugares remotos o solitarios
- Los trabajos peligrosos, como trabajar en altura u operar maquinaria pesada, pueden ser más difíciles de completar de manera segura si los trabajadores presentan síntomas respiratorios y de calor o poca visibilidad.

## Protegiendo a los trabajadores al aire libre

Cuando la calidad del aire exterior no es saludable, un enfoque básico para reducir los riesgos para la salud es reducir el tiempo de exposición al humo de los incendios forestales. Los trabajadores también pueden verse afectados por las altas temperaturas, y algunos trabajadores pueden ser más susceptibles que otros a la mala calidad del aire. Estas recomendaciones no son obligatorias, pero, en la medida de lo posible, considere estos consejos prácticos:

- Traslade el trabajo a áreas con menos humo
- Posponga el trabajo hasta que mejore la calidad del aire
- Reduzca el nivel o la duración del esfuerzo físico
- Si es posible, proporcione instalaciones bajo techo donde se filtre el aire, para que sus empleados trabajen
- Si es posible, proporcione vehículos cerrados. En épocas de baja calidad del aire, ponga el aire acondicionado en modo de "recirculación" y mantenga los conductos de ventilación y ventanas cerrados.



Washington State Department of  
**Labor & Industries**

*A petición del cliente, hay ayuda disponible para personas que hablan otros idiomas y otros formatos alternos de comunicación para personas con discapacidades. Llame al 1-800-547-8367. Usuarios de dispositivos de telecomunicaciones para sordos (TDD, por su sigla en inglés) llamen al 711. L&I es un empleador con igualdad de oportunidades.*

## Protegiendo a los trabajadores en espacios cerrados

El humo de los incendios forestales provocados por el viento puede ser un peligro para los trabajadores en oficinas y otros edificios comerciales. Los pasos siguientes pueden mejorar la calidad del aire interior. Estas recomendaciones no son obligatorias, pero, en la medida de lo posible, considere estos consejos prácticos:

- Asegúrese de que el sistema de calefacción, ventilación y aire acondicionado (HVAC, por su sigla en inglés) funcione correctamente y que los filtros de aire estén limpios y colocados correctamente.
- Trabaje con un técnico en climatización (HVAC) para determinar el grado de filtración más alto que su sistema de HVAC reconocerá y use el grado más alto posible cuando haya humo. Los filtros con índices altos de filtración requieren cambios más frecuentes, pero estos pasos pueden mejorar la calidad del aire interior.
- Consulte con un técnico en climatización o ingeniero en ventilación calificado antes de reducir la entrada de aire del edificio para asegurarse de que la presión de aire se mantenga ligeramente positiva. Si la presión del aire se vuelve negativa en comparación con el exterior, la contaminación se infiltrará en el edificio a través del sistema de escape y otras aberturas.
- Los filtros de aire HEPA portátiles de alta eficiencia pueden mejorar la calidad del aire en espacios pequeños y definidos mediante la eliminación de partículas finas. No utilice generadores de ozono, purificadores de aire personales, precipitadores electrostáticos ni ionizadores que produzcan ozono.

## Respiradores

Los respiradores pueden reducir la exposición al humo de incendios forestales cuando se escogen y usan correctamente. Un tipo de respirador común adecuado para la protección contra el humo de incendios forestales es una máscara de cara filtrante N95.

Obtenga más información sobre la protección respiratoria contra el humo de incendios forestales usando las máscaras contra el polvo y humo de incendios forestales de L&I en el trabajo: [www.Lni.wa.gov/safety-health/docs/WildfireSmokeDustmasksSpanish.pdf](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/docs/WildfireSmokeDustmasksSpanish.pdf).

## Qué hacer si un trabajador se enferma a causa de la exposición al humo de incendios forestales

Los trabajadores que crean que su salud ha sido afectada por el humo de los incendios forestales deben tener a una evaluación médica. Deben ir a la sala de emergencias o a un proveedor médico de su elección y explicar que estuvieron expuestos al humo de incendios forestales en el trabajo. El proveedor médico puede ayudarles a

presentar un reclamo. Para mayor información, consulte la publicación de L&I, [www.Lni.wa.gov/forms-publications/F101-191-999.pdf](http://www.Lni.wa.gov/forms-publications/F101-191-999.pdf).

## Derechos de los trabajadores

Los trabajadores que tienen derecho a las protecciones de permiso por enfermedad pagado del estado de Washington pueden tener derecho a utilizar el permiso acumulado para cuidar de sí mismos o de un miembro de la familia cuya salud sea afectada por la exposición al humo de incendios forestales y/o altas temperaturas. Además, los trabajadores pueden utilizar el permiso por enfermedad pagado acumulado si la escuela o el lugar de cuidado de sus hijos, o el negocio o el lugar de trabajo del empleador es cerrado por un funcionario público debido a razones relacionadas con la salud como resultado de la exposición al humo de incendios forestales y/o altas temperaturas. Para mayor información sobre las protecciones del permiso por enfermedad pagado del estado de Washington, consulte el siguiente enlace: [enespanol.Lni.wa.gov/Spanish/WorkplaceRights/LeaveBenefits/FamilyCare/PaidSickLeave/default.asp](http://enespanol.Lni.wa.gov/Spanish/WorkplaceRights/LeaveBenefits/FamilyCare/PaidSickLeave/default.asp).

Los trabajadores pueden presentar quejas sobre seguridad, salario, hora y permisos en [enespanol.Lni.wa.gov/spanish/safety/reporthazards/complaints.asp](http://enespanol.Lni.wa.gov/spanish/safety/reporthazards/complaints.asp), comunicándose con cualquier oficina de L&I o llamando al 1-800-4BESAFE, 1-800-423-7233.

## Requisitos reglamentarios

El Departamento de Labor e Industrias del estado de Washington no tiene reglas de seguridad y salud ocupacional específicas a la exposición al humo de incendios forestales. La exposición al humo de incendios forestales debe considerarse de manera similar a otros peligros generales en el lugar de trabajo. Las reglas de seguridad y salud que pueden aplicarse durante los eventos de incendios forestales incluyen:

- Exposición al calor (estrés por calor): [www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/chapter-pdfs/WAC296-62.pdf#WAC\\_296\\_62\\_095](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/chapter-pdfs/WAC296-62.pdf#WAC_296_62_095) (en inglés solamente)
- Normas de seguridad para bomberos: [www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/rules-by-chapter/?chapter=305](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-rules/rules-by-chapter/?chapter=305) (en inglés solamente)

Más recursos sobre seguridad y salud durante los incendios forestales: [www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-topics/topics/wildfire-smoke](http://www.Lni.wa.gov/safety-health/safety-topics/topics/wildfire-smoke) (en inglés solamente).