

Centros de cuidado infantil, escuelas y campamentos: Recomendaciones de salud sobre la calidad del aire libre, según el índice de calidad del aire

La mala calidad del aire puede perjudicar la salud de los niños. Siga estas recomendaciones para los centros educativos y de cuidado infantil cuando cambia la calidad del aire:

- o Monitoree las alertas y noticias de la Ciudad de Nueva York, y visite airnow.gov para saber cuál es el índice de calidad del aire (AQI, por sus siglas en inglés) actual.
- o Las probabilidades de verse afectado por la mala calidad del aire aumentan con las actividades físicas al aire libre más extenuantes (intensas) y con la mayor cantidad de tiempo que se pase al aire libre sin pausas.
- o Escuche a los alumnos y al personal (si alguien está sintiendo los efectos de la mala calidad del aire, debe tomarse una pausa en un lugar cerrado).
- o Los niños (en particular, los más pequeños) son más vulnerables a la mala calidad del aire que los adultos saludables. Los niños sensibles a la mala calidad del aire incluyen aquellos con afecciones cardíacas o respiratorias (inclusive asma) o con inmunodepresión. Estos niños deben seguir las recomendaciones del proveedor de atención de salud.
- o Las mascarillas de alta calidad (N95 o KN95) pueden reducir la exposición a la contaminación del aire en niños a partir de los 2 años, cuando se usan correctamente. Las personas con afecciones de salud deben seguir las recomendaciones de su proveedor sobre el uso de una mascarilla cuando el valor del AQI es alto.

AQI	Nivel	Público general
Entre 0 y 50	Bueno	Un gran día para hacer actividad al aire libre.
Entre 51 y 100	Moderado	Un buen día para hacer actividad al aire libre. Esté preparado porque algunos niños sensibles pueden presentar síntomas. Siga el plan de acción para el asma y otras recomendaciones médicas, y tome las precauciones habituales.
Entre 101 y 150	Perjudicial para las personas sensibles	Las actividades al aire libre de bajo impacto y breves (menos de una hora), como un recreo y clases de educación física, son aceptables. Los niños sensibles deben evitar las actividades al aire libre extenuantes y prolongadas (más de una hora). Permita que se tomen más pausas y considere la posibilidad de hacer ejercicios de menor intensidad durante actividades al aire libre más extensas, como partidos y prácticas deportivas. Monitoree a los niños sensibles para ver si presentan síntomas. Los niños con asma deben seguir su plan de acción para esta enfermedad y tener a mano su medicamento de alivio rápido.
Entre 151 y 200	Perjudicial	Todas las actividades al aire libre deben ser breves (menos de una hora) y no extenuantes. Permita que se tomen más pausas. Monitoree a los niños para ver si presentan síntomas relacionados con la calidad del aire, inclusive lagrimeo, irritación de la garganta o dificultad para respirar. Reprograme o traslade a un lugar cerrado todas las actividades extenuantes y prolongadas (más de una hora), como los partidos y prácticas deportivas. Los niños sensibles deben evitar las actividades al aire libre innecesarias.
Entre 201 y 300	Muy perjudicial	Reprograme o traslade a un lugar cerrado todas las actividades al aire libre. Ninguna actividad extenuante o prolongada (más de una hora) (por ejemplo, partido deportivo) debe realizarse al aire libre.
Más de 300	Peligroso	Todas las actividades al aire libre deben reprogramarse o trasladarse a un lugar cerrado. Si se prevé que el AQI será peligroso durante más de un día, las autoridades de la escuela deben considerar la posibilidad de brindar educación remota en lugar de presencial, comparando las consecuencias del aprendizaje remoto con los riesgos de los niveles perjudiciales del AQI.

Para obtener más información, visite nyc.gov/health y busque "air quality" (calidad del aire).