

# PROGRAMA DE BANDERA DE CALIDAD DEL AIRE

## ¿Qué significan los colores de la bandera?

El color de la bandera que vuela afuera te deja saber las condiciones actuales de calidad del aire.



### **BUENO**

La calidad del aire es buena. El tiempo lo permite, es un gran día para estar activo afuera.



### **MODERAR**

La calidad del aire es justa, pero puede ser una preocupación de salud. Para estudiantes o personal que están inusualmente sensible a la contaminación del aire.



### **INSALUBRE PARA GRUPOS SENSIBLES**

La calidad del aire se está acercando poco insalubre. Puede salir y estar activo para breve períodos, como para el recreo o educación física. Es mejor evitar actividades al aire libre más largas si es sensible a contaminación del aire.



### **INSALUBRE**

La calidad del aire no es saludable. Se recomienda tomar más descansos, cortar las actividades al aire libre o elegir actividades menos intensas. Considere la posibilidad de posponer actividades más largas al aire libre o más intensas o moviéndolos al interior.

## ESTÉ ATENTO A LOS SÍNTOMAS

Los síntomas comunes a los que debe prestar atención son la irritación de los ojos, nariz y garganta, incluyendo tos, opresión en el pecho y falta de aliento. Si senté estos síntomas:

- Háble con la enfermera
- Tome descansos
- Elija actividades al aire libre menos intensas, como caminar en lugar de correr
- Ve adentro

La contaminación del aire también puede empeorar los síntomas del asma y puede causar ataques de disparo. Siga su plan de acción para el asma.

## ALREDEDOR DE TU ESCUELA...

- Pídale a los conductores de autobuses que apagen el motor si están estacionados durante más de 30 segundos. Obtenga más información sobre cómo reducir las emisiones de los vehículos en [azdeq.gov/IdlingReductionProgram](http://azdeq.gov/IdlingReductionProgram).
- Revisé el pronóstico por hora en [azdeq.gov/Forecasting](http://azdeq.gov/Forecasting) para hacer planes de actividades al aire libre en épocas con mejor calidad del aire.

[azdeq.gov/FlagProgram](http://azdeq.gov/FlagProgram)