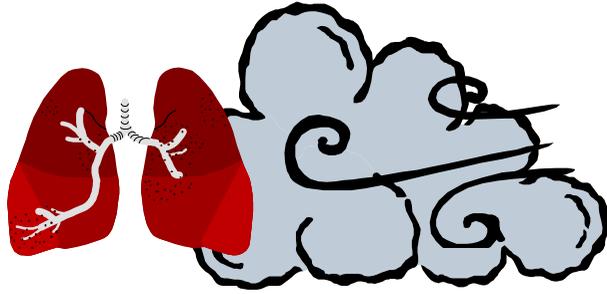


# La Polvareda (Tormentas de Polvo) y su Salud



## Lo Que Todos Deben Saber

Un Consejo de Salud para el  
Condado de Doña Ana

Departamento del Medio Ambiente de Nuevo Mexico



Departamento de Salud de Nuevo Mexico



marzo 2000

### ¿Por qué debo interesarme en la polvareda?

La polvareda (tormentas de polvo) puede causar serios problemas de salud y puede empeorar otros problemas de salud. El polvo consiste de pequeñas partículas sólidas (“materia partícula”) que flotan en el aire. Estas partículas pueden invadir las defensas naturales de los pulmones y pueden acumularse. Esto puede dañar el tejido pulmonar que es muy sensitivo. Por supuesto, más polvo puede entrar a los pulmones durante polvaredas más serias.

El polvo causa irritación a los pulmones, puede provocar alergias, y también puede causar ataques de asma. En gente que ya tienen estos problemas, estos ataques pueden ser serios y pueden causar problemas con respiración. El polvo también puede causar tos, resuello asmático, y catarro. Algunas personas son más sensitivas que otras al polvo. Finalmente, respirando mucho polvo por mucho tiempo puede causar problemas crónicos con respiración y los pulmones.

### ¿Quién debe tomar precauciones especiales?

Todos corremos riesgo por respirar mucho polvo. Sin embargo, los siguientes grupos de personas tienen el mayor riesgo:

- bebés, niños, y adolescentes
- personas ancianos
- personas con asma, bronquitis, enfisema, u otros problemas respiratorios
- personas con problemas cardíacos
- mujeres embarazadas
- adultos sanos que trabajan o ejercitan vigorosamente afuera (por ejemplo, trabajadores de agricultura y construcción, o corredores)

### ¿Que puedo hacer para protegerme y proteger a otros?

La mejor precaución es simplemente no salir para afuera durante una polvareda. Si tiene que salir, limite su tiempo afuera y evite ejercicio riguroso. Cubriendo su nariz y boca en algún modo puede proveer protección de las partículas de polvo grandes. Sin embargo, quedándose dentro de su casa es la mejor solución porque las partículas de polvo más pequeñas son las más peligrosas.

### ¿Como voy a saber si hay un problema?

El modo más fácil de identificar un problema es si se ve mucho polvo. Por ejemplo, si el polvo está tan denso que no se ven las montañas, entonces puede indicar que los niveles de polvo son peligrosos. Más información sobre las reglas federales y los niveles de la materia partícula (“particulate matter”) del día antepasado pueden ser obtenidos en por el Departamento del Medio Ambiente de Nuevo México.

El condado de Doña Ana tiene entre 6 y 18 días por año cuando los niveles de polvo están muy altos, según reglas federales de salud. Este número es variable de lugar a lugar y de año a año dependiendo en las condiciones climáticas.

### ¿Qué causa la polvareda?

La polvareda es causada por una combinación de condiciones climáticas, características ambientales, y actividad humana. Vientos fuertes pueden levantar mucho polvo de lugares con tierra que está seca, suelta, y expuesta. Aquí, vientos fuertes son más comunes de enero hasta abril. Muchas tormentas de polvo duran como cuatro horas.

---

### Para mas información:

#### Departamento del Medio Ambiente de Nuevo México

www.nmenv.state.nm.us  
Marque “Air Quality Bureau”

Helly Diaz-Marcano: (505) 524-6300  
Fax: (505) 526-3891  
Oficina en Santa Fe: 1-800-810-7227

#### Departamento de Salud de Nuevo México

Oficina de Salud Fronteriza  
Kitty Richards: (505) 528-5152  
1-800-784-0394  
Fax: (505) 528-6024