

## ¿QUÉ HACER PARA MITIGAR LA INHALACIÓN DE HUMO EN UN INCENDIO?

Atento a ser el *humo* uno de los productos de los incendios es imprescindible evitar su inhalación para prevenir daños, que a veces, llegan a ser severos en la salud. Las personas que poseen enfermedades respiratorias como asma o epoc (enfermedad pulmonar obstructiva crónica), problemas cardiovasculares, niños y mayores son más propensos a sufrir las consecuencias por respirar humos, gases y vapores producto de un incendio.

Es bastante improbable que ante un siniestro de estas características se evite aspirar parte del humo producido. No obstante, hay algunas recomendaciones que se pueden tomar para mitigar los efectos nocivos sobre el organismo:

### **1. Mantenerse y desplazarse lo más cerca posible del suelo.**

Tanto el calor, como los productos resultantes del fuego son más livianos que el aire, por lo que se irán hacia arriba y las partes, relativamente limpias, permanecerán a ras del piso. A tales efectos el escape de un sitio dominado por un incendio deberá ser “*gateando*” hacia la salida, en la medida de lo posible.

### **2. Cubrirse la boca y nariz con un pañuelo al atravesar un espacio con humos.**

Si tenemos la posibilidad de humedecerla con agua será ideal, pero en caso de no poseer una canilla cerca, igual, la presencia de una tela, que impida el libre paso de los gases calientes, es recomendable para impedir la inhalación directa. Otra opción aconsejable es disponer sobre la cara de un barbijo del tipo N95, usado en medicina para evitar el ingreso de contaminantes biológicos.

En lo posible, respirar por la nariz en vez de por la boca. Los cilios, presentes en la primera, actuarán también como barrera ante los humos.

### **3. En el caso de vía principal de evacuación bloqueada**

Dirigirse a un compartimiento alejado o al menos separado, por una puerta, del incendiado, bloquear las posibles entradas de humos (usar cualquier tela que se posea) y abrir una ventana, para poder respirar, dando tiempo a la actuación de bomberos.