

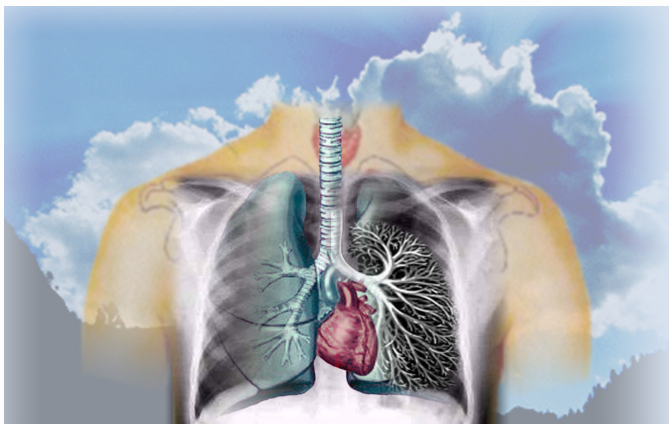


Lo Que una Persona Puede Hacer Por un Aire Limpio

Los Diez Pasos Principales para un Aire Más Limpio

¿Qué puede hacer una persona por un aire limpio? En ambas caras de esta página le presentamos algunas ideas e información adicional sobre nuestro aire.

- 1. Transpórtese sin auto.** Camine, monte en bicicleta o tome el autobús en vez de manejar, siempre que pueda.
- 2. Comparta el viaje en auto.** Póngase de acuerdo con sus compañeros que vivan cerca para trasladarse juntos al trabajo o a la escuela. Piénselo. Si comparte el viaje con una sola persona, habrá recortado sus gastos (y su aportación a la contaminación) a la mitad.
- 3. Combine los viajes en auto.** Devuelva el video y compre los comestibles en el camino del trabajo a la casa. Tres viajes combinados en uno contaminarán menos.
- 4. Reporte los camiones, autobuses y autobuses escolares parados con el motor encendido.** Si ve un camión parado con el motor encendido por más de cinco minutos o un autobús detenido con el motor en marcha por más de diez minutos, anote el número de placas, la hora y el lugar y llame al 1-800-END-SMOG o visite www.arb.ca.gov/enf/complaints/icv.htm para reportar la violación al estado. Si ve un autobús detenido con el motor en marcha en una escuela, llame al 1-800-END SMOG, o repórtelo en línea: www.arb.ca.gov/enf/complaints/idle_complaint.htm.
- 5. Mantenga su auto afinado y no llene el tanque hasta el tope.** Los vehículos bien mantenidos producen menos contaminación. Mantenga el suyo afinado, revise que las llantas tengan la presión adecuada. Así obtendrá un mejor rendimiento en millas por galón de combustible y disminuirá la contaminación. Al cargar gasolina, no llene el tanque hasta el tope—deje de bombear cuando el surtidor se detenga.



La Contaminación del Aire y Nuestra Salud

La contaminación del aire puede provocar o agravar el asma y otros síntomas respiratorios, afectar a largo plazo el desarrollo pulmonar de los niños y aumentar la incidencia de ataques cardíacos. Los tóxicos del aire pueden causar cáncer y otros efectos no cancerosos en la salud.

¿Quién es más vulnerable?

Las personas con asma u otras afecciones pulmonares o del corazón, los adultos mayores y los niños corren un riesgo más alto. La frecuencia respiratoria de los niños es mayor y pasan más tiempo al aire libre, por lo que están más expuestos a la contaminación. Esto es particularmente preocupante porque sus pulmones están todavía en desarrollo.

¿Cuándo debo preocuparme y qué debo hacer?

Reduzca el ejercicio al aire libre cuando el aire está cargado de humo o smog. Llámenos o verifique los niveles de smog en nuestro sitio web.

Procure evitar o reducir su exposición en sitios donde haya mucho humo, polvo, gases de escape o partículas de hollín o si se usan sustancias químicas tóxicas en un lugar mal ventilado. Procure reducir el ejercicio al aire libre si hay mucho humo o contaminación. Visite nuestro sitio web o llámenos si tiene preguntas sobre la calidad del aire.

Los Diez Pasos Principales para un Aire Más Limpio

(continúa del frente)

6. Cuando compre su próximo auto nuevo, que sea un vehículo que conserve el aire limpio.

Cuando vaya a elegir un auto, busque aquellos con la más alta eficiencia en rendimiento de combustible (ahorrrará en sus gastos de gasolina) y en un vehículo de emisiones súper ultra bajas (SULEV), un vehículo de emisiones casi nulas (PZEV) o un vehículo de emisiones casi nulas con un componente de tecnología avanzada (AT PZEV), evaluados con la categoría de aire limpio. Los vehículos híbridos de gasolina y electricidad que hay en el mercado, por lo general combinan buena eficiencia de combustible y categoría de aire limpio.

7. Use menos energía. Use focos (bombillas) compactos fluorescentes para ahorrar energía, apague las luces que no se necesiten, compre aparatos electrodomésticos que ahorren electricidad y considere la posibilidad de utilizar energía solar.

8. Compre productos menos tóxicos. Pinte con pinturas al agua, lave la ropa a mano como alternativa al lavado en seco, compre productos de limpieza menos tóxicos y evite los insecticidas y plaguicidas cuando sea posible.

9. Recicle. Recicle todo lo que pueda y procure comprar objetos reutilizables, reciclables y fabricados con materiales reciclados.

10. Hable a favor del aire limpio. Comente con su familia, amigos y compañeros de trabajo la importancia del aire limpio. Respalde con su poder de compra a las empresas que se preocupan por el ambiente.

Algunas otras ideas:

- Use una podadora eléctrica o manual, en vez de una de gas.
- Use una escoba en vez de un soplador de hojas.
- Use un leño de gas en su chimenea y una parrilla de gas para cocinar al aire libre.
- Trabaje desde su casa un día a la semana
- No use limpiadores del aire interior que generan ozono.

Tipos de Contaminación del Aire

En el condado de Santa Bárbara nos preocupan los diferentes contaminantes ambientales, incluyendo óxidos de nitrógeno, hidrocarburos, ozono, material particulado (partículas) y tóxicos del aire. Los automóviles, los camiones y los autobuses son la principal fuente de todos estos contaminantes.

El ozono

¡Bueno en lo alto, malo de cerca!

El ozono, principal componente del smog, es un gas incoloro que se forma cuando los óxidos de nitrógeno y los hidrocarburos reaccionan entre sí en la presencia de la luz del sol y el calor.

Bueno en lo alto

En la atmósfera superior, el ozono que se produce naturalmente forma una capa que protege a la tierra de los dañinos rayos solares.

Malo de cerca

El ozono superficial o troposférico daña los pulmones de los humanos, afecta a largo plazo el desarrollo pulmonar de los niños y puede contribuir al desarrollo del asma en la primera infancia.

Contaminación de partículas

Las partículas finas suspendidas en el aire, también conocidas como material particulado, pueden penetrar en nuestros pulmones y corriente sanguínea. Además de dañar nuestros pulmones, altos niveles de partículas se han relacionado con problemas del corazón, incluyendo infartos.

Tóxicos del aire

Los tóxicos del aire son sustancias químicas suspendidas en el aire que pueden causar cáncer y otros efectos no cancerosos en la salud.

Usted puede saber más...

- Visite nuestro sitio web en www.sbcpd.org o llámenos al (805) 961-8800.
- Sepa más sobre opciones de transporte sin auto en www.trafficsolutions.info o www.santabarbaracarfree.org.
- Entérese más sobre cómo evitar todos los tipos de contaminación en www.greendifference.org.
- Entérese más sobre la contaminación ambiental y salud pulmonar en www.lungusa.org o llame al (805) 963-1426
- Encuentre información adicional en el sitio web del California Air Resources Board en www.arb.ca.gov.