

La **exposición** a material particulado nos **enferma**

La contaminación por partículas **aumenta** el riesgo de sufrir enfermedades **respiratorias** y **cardíacas**



- ✓ La población mas vulnerable son las personas con enfermedades cardíacas o pulmonares, los niños pequeños y los adultos mayores.
- ✓ En días de episodio critico de contaminación **evita la exposición al aire libre después de las 18:00 hrs**, sobre todo si estas en la población de riesgo y respeta las restricciones instruidas por la autoridad

JULIO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16 Virgen del Carmen	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			