



Respiremos Mejor Juntos



La temporada de smog ya está aquí (mayo – octubre)

El ozono a nivel del suelo (smog) puede irritar los ojos y los pulmones, provocar ataques de asma y causar dolor en el pecho, tos y fatiga, incluso en adultos sanos.

Los grupos sensibles — especialmente los niños, los adultos mayores de 65 años, las mujeres embarazadas y las personas con asma u otros problemas respiratorios — tienen un mayor riesgo.



¡Tome acción!

Revise el ICA (Índice de Calidad del Aire) cada día, limite actividades al aire libre en niveles altos y suscríbese a las Alertas del Aire para proteger su salud y el aire de nuestra región.

Suscríbese a las Alertas del Aire

Suscríbese a las Alertas del Aire para recibir por correo electrónico el pronóstico diario y mensajes de texto cuando haya alertas de Spare The Air en la región de Sacramento (ICA 126 o más).



Escanee el código QR para suscribirse o visite SpareTheAir.com/signup.

