

El Comité de Salud Medioambiental (CSM) de la AEP ofrece un decálogo de recomendaciones para reducir riesgos

Los pediatras advierten del impacto del humo de los incendios forestales en la salud infantil, incluso a cientos de kilómetros

- Los niños son más sensibles al humo, al respirar más aire que los adultos en proporción a su peso y contar con mecanismos de defensa todavía inmaduros
- La exposición aumenta las posibilidades de desencadenar crisis asmáticas, infecciones respiratorias agudas, irritaciones oculares e intoxicaciones graves
- Los incendios pueden generar efectos psicológicos duraderos, por ello, se recomienda observar posibles cambios emocionales o conductuales y solicitar apoyo en caso necesario

Madrid, 26 de agosto de 2025_ La [Asociación Española de Pediatría](#) (AEP), a través de su Comité de Salud Medioambiental (CSM-AEP), ha publicado un documento técnico con recomendaciones ante los riesgos que supone el humo de los incendios forestales para la salud infantil y adolescente. En él se advierte que la exposición a este tipo de contaminación atmosférica puede tener efectos agudos y crónicos sobre la salud de los menores, y se ofrece un decálogo de medidas preventivas y de actuación.

En los últimos años, el número de incendios forestales y la superficie quemada en España han aumentado significativamente, según los datos del Sistema Europeo de Información de Incendios Forestales (EFFIS). Esta tendencia, estrechamente vinculada al cambio climático, se prevé que siga intensificándose. A estos riesgos ambientales se suma la especial vulnerabilidad de la infancia y la adolescencia, tanto por su fisiología en desarrollo como por su exposición conductual: respiran más aire por kilo de peso que los adultos, suelen pasar más tiempo al aire libre y dependen de los adultos para mantenerse a salvo.

El humo de los incendios no solo afecta a quienes viven cerca del foco. Las corrientes atmosféricas pueden transportar las partículas contaminantes a cientos de kilómetros, lo que significa que amplias zonas pobladas pueden verse expuestas, incluso sin un incendio en las inmediaciones.

Este humo contiene partículas en suspensión finas y ultrafinas (PM_{2,5}), monóxido de carbono (CO), óxidos de nitrógeno (NO_x), ácido cianhídrico (HCN) y otros compuestos orgánicos potencialmente cancerígenos. La inhalación de estos contaminantes puede provocar efectos inmediatos, como un agravamiento de enfermedades respiratorias crónicas (asma, rinitis alérgica), el aumento de infecciones respiratorias agudas, irritación ocular y de las mucosas (conjuntivitis, tos, carraspera) e intoxicaciones por monóxido de carbono o cianuro.

*Para más información. Gabinete de prensa de la AEP

Eva Sahis

Tel.: 636 395 724

Email: eva.sahis@commstribes.com

www.aeped.es

[@aepediatria](https://twitter.com/aepediatria)

A largo plazo, la exposición repetida o intensa al humo de los incendios puede contribuir al desarrollo de enfermedades respiratorias, cardiovasculares o inmunológicas, además de posibles efectos neurotóxicos que alteren el desarrollo neurológico y la salud mental.

Además, en el documento se subraya que la exposición al humo no solo afecta a la salud física, sino también al bienestar psicológico de los niños, pudiendo generar ansiedad y estrés en el corto y largo plazo.

Decálogo de prevención frente a los incendios

El CSM-AEP destaca que la prevención es clave para minimizar el impacto de estos episodios cada vez más frecuentes por el cambio climático. Así, enumera una serie de consejos para reducir riesgos.

1. **Consultar alertas oficiales.** Seguir los avisos de Protección Civil y cuerpos de seguridad. Ante indicios de fuego o presencia de humo, contactar con el 112.
2. **Vigilar la calidad del aire.** Puede hacerse a través del visor del Índice de Calidad del Aire del Ministerio para la Transición Ecológica (MITECO) o su aplicación móvil.
3. **Mejorar el aire interior.** Mantener ventanas y puertas cerradas, usar purificadores con filtros adecuados (ISO16890 ePM1 o superior) y poner el aire acondicionado en modo recirculación.
4. **Evitar fuentes adicionales de contaminación en casa.** No fumar ni utilizar sistemas de combustión (leña, gas, velas, barbacoas) durante estos episodios.
5. **Uso de mascarillas.** Las mascarillas FFP2 pueden ayudar a reducir la exposición a partículas. Su uso en niños se recomienda a partir de los dos años, siempre que las toleren adecuadamente.
6. **Prepararse ante emergencias.** Contar con suministros básicos (agua, comida no perecedera) y medicación de rescate si hay patologías crónicas como el asma. Consultar con el pediatra ante cualquier duda.
7. **Evacuar si es necesario.** En caso de recomendaciones oficiales o si no se puede garantizar un ambiente seguro en casa, trasladarse a lugares habilitados, con climatización y aire filtrado.
8. **Detectar síntomas de intoxicación.** La exposición al humo puede ocasionar una intoxicación por monóxido de carbono y/o ácido cianhídrico. Mareo, somnolencia, dificultad para respirar o alteraciones del comportamiento pueden ser señales de alarma. En esos casos, se debe acudir de inmediato a un servicio de urgencias. En caso de duda, se puede consultar con el centro de salud o con la Unidad de Salud Medioambiental Pediátrica (PEHSU) de referencia.
9. **Evaluar antes de regresar a zonas afectadas.** Comprobar la seguridad de la vivienda, el acceso a servicios básicos (agua, electricidad) y limpiar adecuadamente antes de exponer a los niños al entorno.
10. **Cuidar la salud mental.** Los incendios pueden generar efectos psicológicos duraderos en los menores. Se recomienda observar cambios emocionales o conductuales y, en caso necesario, solicitar apoyo profesional.

[Descargar aquí el documento técnico 'El humo de los incendios forestales: una amenaza creciente para la salud infantil y juvenil' del CSM-AEP.](#)

Sobre la Asociación Española de Pediatría

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 13.000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación,

además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente, así como divulgar e informar a la población sobre cuestiones de salud infantil.