

### NO<sub>2</sub>

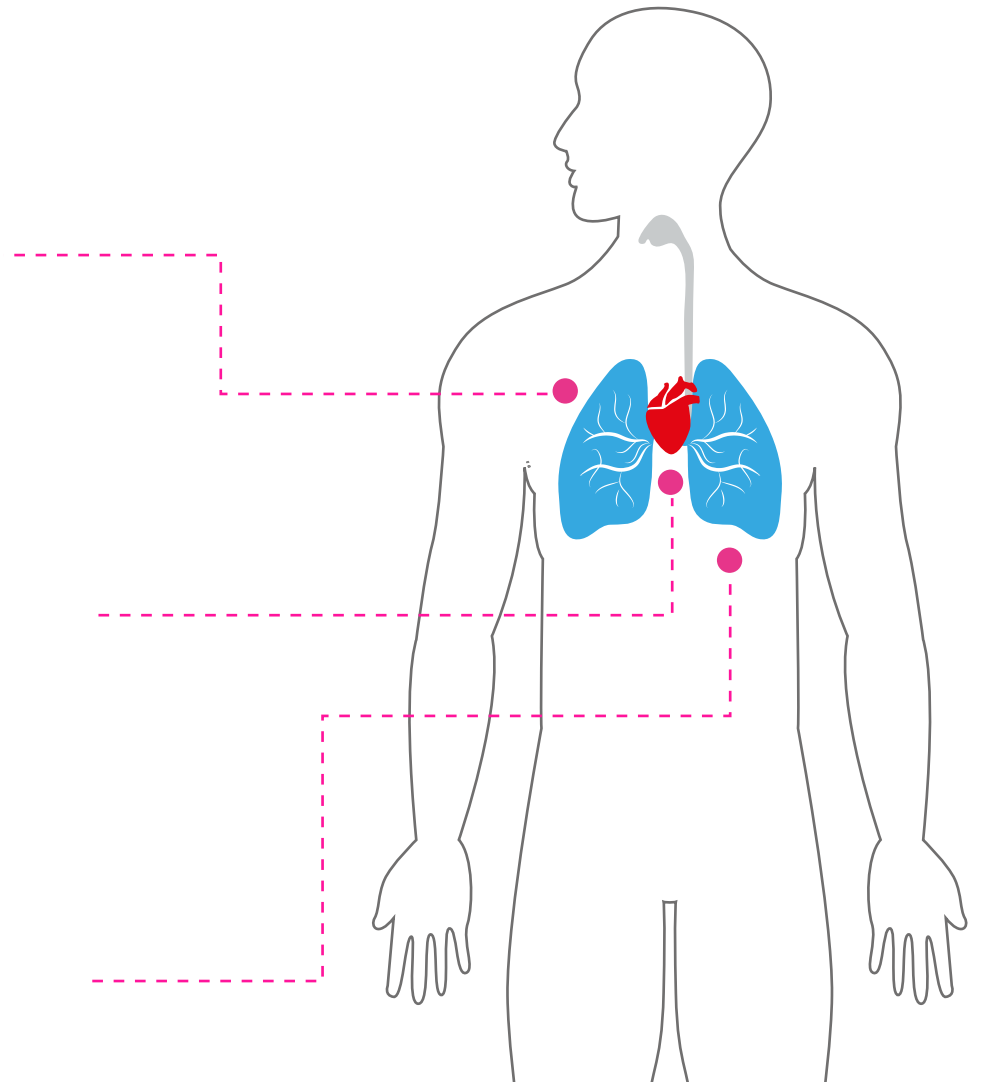
Irrita las vías respiratorias y causa bronquitis y pulmonía.

### PM<sub>10</sub>

Agravan el asma y provocan enfermedades respiratorias y cardiovasculares.

### PM<sub>2.5</sub>

Agravan el asma, reducen la función pulmonar y se asocian con el desarrollo de diabetes.



## RECOMENDACIONES



Consulta la calidad del aire antes de salir.  
[aire.cdmx.gob.mx](http://aire.cdmx.gob.mx)



Acude al médico si presentas síntomas de enfermedades respiratorias o cardiovasculares.



Limita las actividades al aire libre en días de contingencia ambiental.

### Población vulnerable

Personas con defensas bajas, adultas mayores y menores de edad.

[data.sedema.cdmx.gob.mx/cambioclimaticocdmx/](http://data.sedema.cdmx.gob.mx/cambioclimaticocdmx/)

[@SEDEMA\\_CDMX](https://twitter.com/SEDEMA_CDMX) [f /Secretaría-del-Medio-Ambiente](https://www.facebook.com/Secretaría-del-Medio-Ambiente)