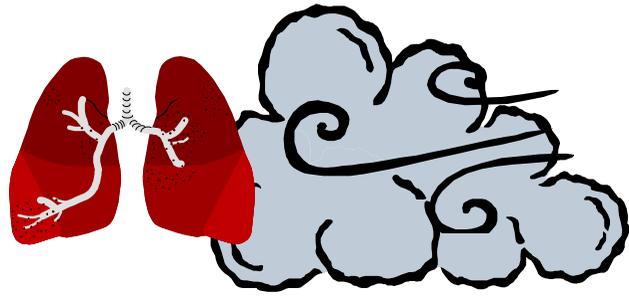


# Dust Storms and Health



## What Everyone Should Know

Health Information for  
Doña Ana and Luna Counties

New Mexico Environment Department



New Mexico Department of Health



May 2023

### Why should I be concerned about dust storms?

Dust storms can cause a number of serious health problems and they can make some health problems worse. Dust is made up of tiny solid particles ("particulate matter") floating in the air. These tiny particles can get past the lungs' natural defenses and build up. This can harm sensitive lung tissue. Of course, during severe dust storms, more dust can get into the lungs.

Dust irritates the lungs and can trigger allergic reactions, as well as asthma attacks. In people who already have these problems these attacks can be serious and cause breathing problems. Dust can cause coughing, wheezing and runny noses. Some groups of people are more sensitive to dust than others. Finally, breathing a lot of dust over a long period of time can cause chronic breathing and lung problems.

### Who should take special precautions?

Anyone can potentially be harmed by breathing too much dust. However, the following groups are at the highest risk:

- infants, children, and teens
- elderly
- people with asthma, bronchitis, emphysema, or other respiratory conditions
- people with heart disease
- pregnant women
- healthy adults working or exercising vigorously outdoors (for example, agricultural workers, construction workers, and runners)

### What can I do to protect myself and others?

The best precaution is simply to avoid going outside during severe dust storms. If you must go out, spend as little time outside as possible, and avoid hard exercise. Wearing some type of covering over your nose and mouth can provide some protection from large particles. However, since the small dust particles are the most harmful, staying out of the dust is the best solution.

### How will I know if there is a problem?

For you, the easiest way to tell if there may be a problem is if you see a lot of dust. For instance, if the blowing dust is so thick that it's hard to see the mountains, then that could mean that dust levels might be harmful right now. More detail on federal standards plus the previous days particulate matter levels can be found by visiting the New Mexico Environment Department web site.

Doña Ana and Luna Counties have between 6 to 18 days per year when dust levels are too high according to federal health standards. This number varies from place to place and from year to year depending on weather conditions.

### What causes dust storms?

Dust storms are caused by a combination of weather conditions, features of the natural environment, and human activity. High winds can raise large amounts of dust from areas of dry, loose, exposed soil. In this area, high winds are most common during the months of January through April. Most dust storms last about 4 hours.

---

---

### For more information:

#### New Mexico Environment Department

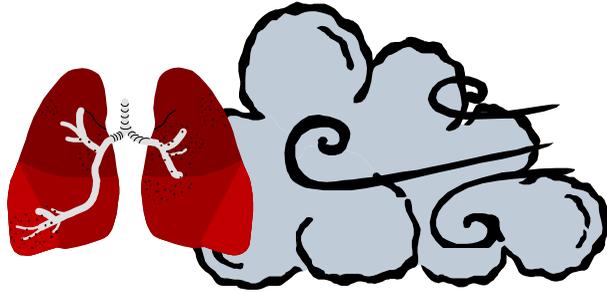
[www.env.nm.gov/air-quality/](http://www.env.nm.gov/air-quality/)

Armando Paz: (505) 629-3242  
Fax (575) 526-6161  
Santa Fe Office: (505) 476-4300

#### New Mexico Department of Health

Border Health Office  
Brenda Alvarado  
(575) 528-5146  
Fax (575) 528-6045

# La Polvareda (Tormentas de Polvo) y su Salud



## Lo Que Todos Deben Saber

Información de Salud para Condados de  
Doña Ana y Luna

Departamento del Medio Ambiente de Nuevo Mexico



Departamento de Salud de Nuevo Mexico



mayo 2023

### ¿Por qué debo interesarme en la polvareda?

La polvareda (tormentas de polvo) puede causar serios problemas de salud y puede empeorar otros problemas de salud. El polvo consiste de pequeñas partículas sólidas (“materia partícula”) que flotan en el aire. Estas partículas pueden invadir las defensas naturales de los pulmones y pueden acumularse. Esto puede dañar el tejido pulmonar que es muy sensitivo. Por supuesto, más polvo puede entrar a los pulmones durante polvaredas más serias.

El polvo causa irritación a los pulmones, puede provocar alergias, y también puede causar ataques de asma. En gente que ya tienen estos problemas, estos ataques pueden ser serios y pueden causar problemas con respiración. El polvo también puede causar tos, resuello asmático, y catarro. Algunas personas son más sensitivas que otras al polvo. Finalmente, respirando mucho polvo por mucho tiempo puede causar problemas crónicos con respiración y los pulmones.

### ¿Quién debe tomar precauciones especiales?

Todos corremos riesgo por respirar mucho polvo. Sin embargo, los siguientes grupos de personas tienen el mayor riesgo:

- bebés, niños, y adolescentes
- personas ancianos
- personas con asma, bronquitis, enfisema, u otros problemas respiratorios
- personas con problemas cardíacos
- mujeres embarazadas
- adultos sanos que trabajan o ejercitan vigorosamente afuera (por ejemplo, trabajadores de agricultura y construcción, o corredores)

### ¿Que puedo hacer para protegerme y proteger a otros?

La mejor precaución es simplemente no salir para afuera durante una polvareda. Si tiene que salir, limite su tiempo afuera y evite ejercicio riguroso. Cubriendo su nariz y boca en algún modo puede proveer protección de las partículas de polvo grandes. Sin embargo, quedándose dentro de su casa es la mejor solución porque las partículas de polvo más pequeñas son las más peligrosas.

### ¿Como voy a saber si hay un problema?

El modo más fácil de identificar un problema es si se ve mucho polvo. Por ejemplo, si el polvo está tan denso que no se ven las montañas, entonces puede indicar que los niveles de polvo son peligrosos. Más información sobre las reglas federales y los niveles de la materia partícula (“particulate matter”) del día antepasado pueden ser obtenidos en por el Departamento del Medio Ambiente de Nuevo México.

El condado de Doña Ana tiene entre 6 y 18 días por año cuando los niveles de polvo están muy altos, según reglas federales de salud. Este número es variable de lugar a lugar y de año a año dependiendo en las condiciones climáticas.

### ¿Qué causa la polvareda?

La polvareda es causada por una combinación de condiciones climáticas, características ambientales, y actividad humana. Vientos fuertes pueden levantar mucho polvo de lugares con tierra que está seca, suelta, y expuesta. Aquí, vientos fuertes son más comunes de enero hasta abril. Muchas tormentas de polvo duran como cuatro horas.

---

### Para mas información:

**Departamento del Medio Ambiente de Nuevo México**

[www.env.nm.gov/air-quality/](http://www.env.nm.gov/air-quality/)

Armando Paz: (505) 629-3242

Fax: (505) 526-6161

Oficina en Santa Fe: (505) 476-4300

**Departamento de Salud de Nuevo México**

Oficina de Salud Fronteriza

Brenda Alvarado:

(575) 528-5146

Fax: (575) 528-6045