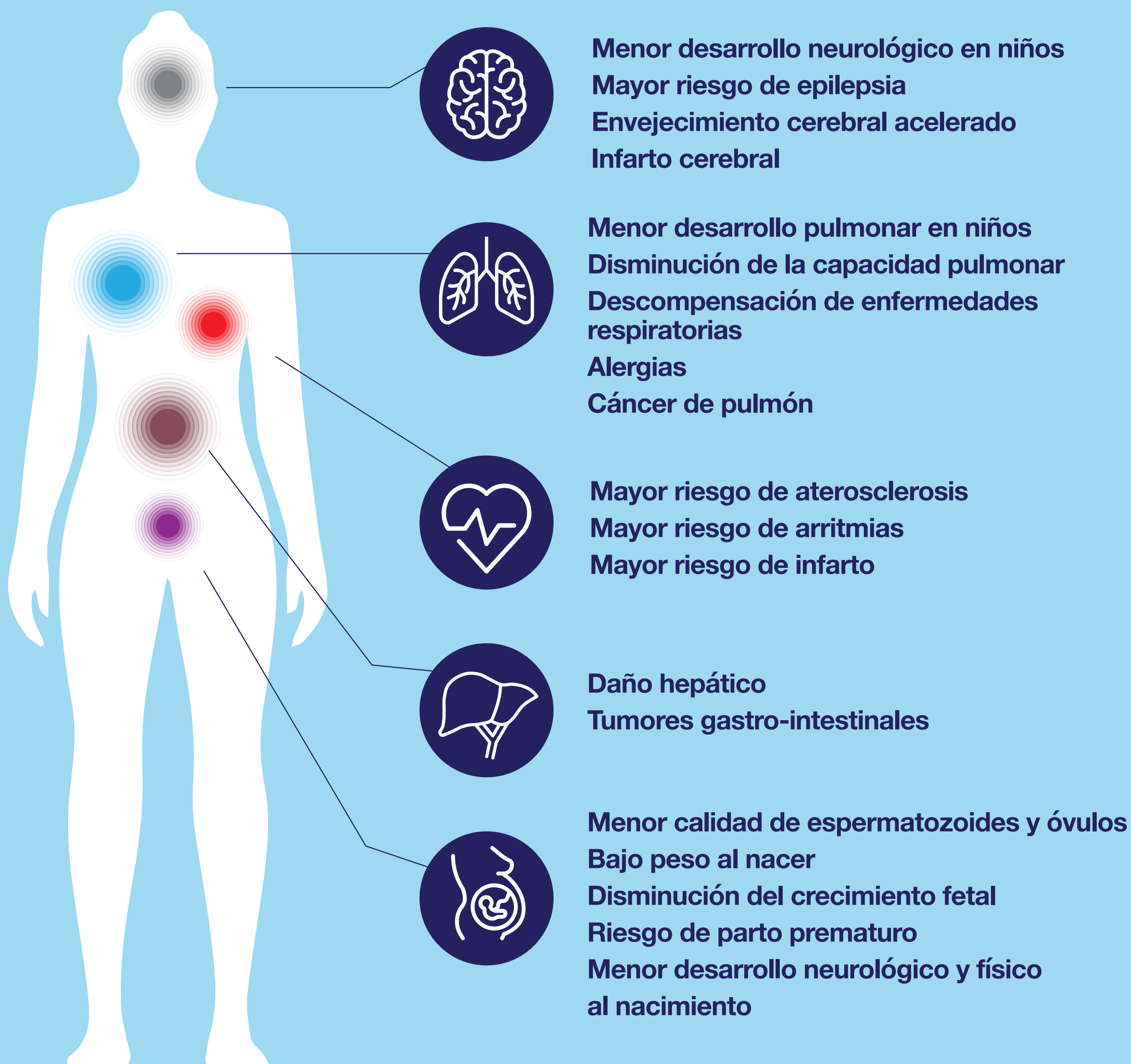


EFFECTOS DE LA CONTAMINACIÓN SOBRE LA SALUD



¿Cómo puedo reducir mi exposición a la contaminación?

- Consulta los niveles de contaminación en airedemadrid.madrid.es
- Evita las calles con mucho tráfico.
- Realiza ejercicio en zonas de menor tránsito rodado, en espacios cerrados o en los momentos de menor pico de contaminación.
- Las mascarillas FFP2 reducen considerablemente la inhalación de contaminantes.