



FEBRERO 2026

BOLETÍN INFORMATIVO DE SALUD PÚBLICA DE LYNN



TEMA MENSUAL DE SALUD DE ENERO:

MES NACIONAL DE ACCIÓN CONTRA EL RADÓN

Enero es el Mes Nacional de Acción contra el Radón, un momento para crear conciencia y aprender sobre los riesgos del radón, promover la realización de pruebas y saber qué hacer si hay altos niveles de radón en su hogar.

El radón es un gas sin color, sin olor, sin sabor y radiactivo. Se forma de forma natural a través del proceso de descomposición radiactiva, en el que el uranio que se encuentra en las rocas y el suelo de la tierra se descompone en radón. Dado que el radón es un gas, puede desplazarse al agua o al aire. El gas radón puede entrar en las viviendas a través de las juntas entre el suelo y las paredes, los espacios bajo el suelo, los desagües del suelo, los muros de bloques de los cimientos, las tuberías, las grietas y hendiduras del suelo y las paredes, y los suelos de tierra. Dado que la mayor parte de la exposición al radón proviene del subsuelo, las concentraciones tienden a ser más altas en los niveles inferiores de las viviendas.

Los altos niveles de exposición al radón en el hogar son perjudiciales. El radón es cancerígeno y se sabe que causa cáncer. El radón es la segunda causa principal de cáncer de pulmón en general y es la causa principal de cáncer de pulmón en personas no fumadoras. En Massachusetts, 1 de cada 4 hogares tiene altos niveles de radón. Según la Agencia de Protección Ambiental, se debe considerar la posibilidad de reparar los hogares con niveles de radón entre 2 y 4 pCi/L (picocurios por litro de aire). Cualquier nivel superior a 4 pCi/L debe ser reparado.

Formas de Evaluar su Hogar

- Compre un kit de prueba de radón de corta duración y realice la prueba usted mismo. Los kits de prueba se pueden comprar en su ferretería local o por internet.
- Contrate a un especialista certificado en medir el radón para que haga la prueba de radón a corto plazo. Puede encontrar un especialista certificado aquí: <https://nrsb.org/find-a-pro> o <https://aarst-nrpp.com/wp/>
- Asegúrese de realizar la prueba entre el 1 de noviembre y el 31 de marzo, cuando los niveles de radón son más altos.

Cómo Reducir el Radón

- El “nivel de acción” para el radón es de 4 pCi/L y debe corregirse si se detectan niveles superiores a este (aunque la Agencia de Protección Medioambiental (EPA por sus siglas en inglés) recomienda reducir los niveles en los hogares si estos se encuentran entre 2 y 4 pCi/L).
- Para reducir al máximo los niveles en su hogar, contrate a un especialista certificado en reducción de radón para que instale un sistema de reducción de radón. Si el sistema está mal diseñado o instalado, puede empeorar el problema. Puede encontrar profesionales certificados a nivel nacional en reducción de radón aquí: <https://www.mass.gov/doc/nationally-certified-radon-mitigation-professionals>
 - La mayoría de los sistemas se pueden instalar en un día.
 - A través de este sistema de reducción, el gas radón se libera al exterior.

Para obtener más información, visite: <https://www.mass.gov/radon>

“La salud pública promueve y protege la salud de todas las personas y sus comunidades. Este campo, basado en la ciencia y respaldado por pruebas, se esfuerza por proporcionar a todos un lugar seguro para vivir, aprender, trabajar y divertirse.”
- Asociación Estadounidense de Salud Pública



Tema de Salud de Febrero

Mes Nacional de Prevención del Cáncer

Mes Nacional de la Autoevaluación

Escanee el código QR y regístrese para recibir actualizaciones de la división y nuestro boletín mensual.



PREPÁRESE PARA ESTE INVIERNO!

La temporada de invierno ya está aquí. Prepárese para esta temporada siguiendo estos consejos!

- **Manténgase informado** - regístrese en RAVE/Smart 911 y reciba actualizaciones sobre emergencias meteorológicas, emergencias por nieve, prohibiciones de estacionamiento, incendios forestales, mala calidad del aire y sequías. Visite: [https://www.smart911.com/ para registrarse.](https://www.smart911.com/)
- **Preparación del hogar** - Prepare su hogar de la siguiente manera:
 - Revisar los detectores de humo y monóxido de carbono
 - Sellar con sellador y cinta aislante las puertas y ventanas
 - Almacenar alimentos no perecederos y agua, linternas, pilas de repuesto y una radio a pilas o de manivela
- **Cree un Plan de Emergencia Familiar** -
 - Tenga a mano los contactos de emergencia, incluida una lista de contactos de todos los miembros de la familia
 - Establezca e identifique un lugar de evacuación
 - Asegúrese de tener siempre a mano un suministro de medicamentos recetados para una semana
- **Lista de comprobación para el Vehículo en Invierno** -
 - Asegúrese de que el depósito de combustible esté al menos medio lleno
 - Compruebe los niveles de líquido del motor, la batería del coche, los neumáticos, los faros delanteros y traseros, el aceite y el líquido limpiaparabrisas
 - Lleve en el vehículo:
 - Mantas, ropa extra, alimentos no perecederos y agua embotellada
 - Linterna, botiquín de primeros auxilios y cargadores de teléfonos móviles
 - Pala para nieve y raspador de hielo

Para obtener más información, visite:

<https://www.mass.gov/info-details/extreme-cold-safety-tips>

ACTUALIZACIÓN DE LA SUBVENCIÓN

Movimiento con Lynn - Subvención del Consejo Cultural de Massachusetts

La División de Salud Pública ha recibido una subvención del Consejo Cultural de Massachusetts para apoyar Movement with Lynn, una serie de talleres de baile comunitarios gratuitos al aire libre. Los fondos de la subvención se utilizarán para compensar a los grupos de danza cultural locales, ofrecer programas educativos que conecten la danza con la historia cultural y la salud mental, y activar un espacio público accesible para todos los residentes. Este evento apoyará las artes, las humanidades y el bienestar de la comunidad, al tiempo que promoverá la diversidad, la equidad, la inclusión y el acceso para los residentes de Lynn de todas las edades. ¡Estén atentos a los próximos anuncios sobre los eventos organizados por la División de Salud Pública!

INICIATIVAS EN CURSO DE OTOÑO E INVIERNO

Aceptaremos donaciones durante los meses de otoño e invierno de artículos de invierno **nuevos y sin abrir**, incluyendo, entre otros: **calcetines, bufandas, gorros, guantes sin dedos, etc.**



Si tú o alguien que conoces necesita artículos de invierno, ¡ven y compra algunos!



CAMPAÑA DE RECOLECCIÓN DE ABRIGOS

¿Tiene abrigos o chaquetas que ya no use?

Recogeremos abrigos y chaquetas nuevos o ligeramente usados. Las recolecciones de abrigos y chaquetas que recibamos serán donadas a una organización local.

Dejar:

**Ayuntamiento de Lynn
División de salud pública de Lynn (rm: 108)
3 City Hall Square
Lynn, MA 01901**



Si desea programar una fecha diferente para recibir la vacuna contra la gripe, o si usted o alguien que conoce reside en Lynn y no puede salir de casa, comuníquese con nosotros.

VACUNAS DE LA GRIPE ACCESIBLES

Todos los jueves de 11:00am - 1:00pm

Teléfono: **781-598-4000 ext. 6719**

Correo electrónico:

lynnpublichealth@lynhma.gov