

# air quality index: ozone

## very unhealthy

Active children and adults, and people with lung disease such as asthma, should avoid all outdoor exertion. Everyone else, especially children, should avoid prolonged or heavy exertion outdoors.

## unhealthy

Active children and adults, and people with lung disease such as asthma, should avoid prolonged or heavy exertion outdoors. Everyone else, especially children, should reduce prolonged or heavy exertion outdoors.

## unhealthy for sensitive groups

Active children and adults, and people with lung disease such as asthma, should reduce prolonged or heavy exertion outdoors.

## moderate

Unusually sensitive people should consider reducing prolonged or heavy exertion outdoors.

## good

None



go green. breathe clean.

## take action

- Sign up to receive air pollution alert emails.
- On ozone action days, you can take action to make sure we have more good air quality days.
- When ozone levels are at orange or higher, you should use caution outdoors.
- Visit [airnorthtexas.org](http://airnorthtexas.org) to learn more and sign up.

# índice de la calidad del aire: ozono

**muy  
insalubre**

Los niños y adultos activos, y las personas que padecen de enfermedades pulmonares como el asma, deben evitar todo esfuerzo al aire libre. Todos los demás, especialmente los niños, deben evitar esfuerzos prolongados o pesados al aire libre.

**insalubre**

Los niños y adultos activos, y las personas que padecen de enfermedades pulmonares como el asma, deben evitar esfuerzos prolongados o pesados al aire libre. Todos los demás, especialmente los niños, deben reducir esfuerzos prolongados o pesados al aire libre.

**insalubre  
para grupos  
sensibles**

Los niños y adultos activos, y las personas que padecen de enfermedades pulmonares como el asma, deben reducir esfuerzos prolongados o pesados al aire libre.

**moderado**

Las personas especialmente sensibles deben considerar la reducción de esfuerzos prolongados o pesados al aire libre.

**bueno**

Ninguno



go green. breathe clean.

## tome acción

- Inscríbese para recibir alertas o advertencias sobre contaminantes del aire ambiental.
- En días de alertas o advertencias sobre contaminantes del aire ambiental, usted puede tomar acción para asegurar que tengamos más días con buena calidad de aire ambiental.
- Cuando el nivel de contaminantes del aire ambiental este anaranjado o más alto, usted debe tomar precaución al salir afuera.
- Visite [airnorthtexas.org](http://airnorthtexas.org) para más información y para inscribirse.