

Preguntas frecuentes sobre el contenido de plomo en el agua potable

En esta hoja informativa se responden preguntas comunes relacionadas con el plomo y la salud. Se explica cómo llega el plomo al agua potable. También se incluyen consejos a fin de protegerlo a usted y a su familia de la exposición al plomo. El plomo se puede encontrar en todas partes del medioambiente. La mayor parte de la exposición proviene de actividades humanas, aunque también ocurre de forma natural. La exposición al plomo es más perjudicial durante el embarazo, la infancia y la primera infancia (antes de los 6 años). Es importante tomar medidas para reducir el riesgo.



¿Cómo llega el plomo al agua potable?

En Massachusetts, la mayoría de las fuentes de agua potable, como los embalses y las aguas subterráneas, no contienen plomo. Por lo general, el plomo en el agua potable proviene del paso del agua a través de tuberías de plomo o instalaciones de plomería que tienen partes de plomo o soldaduras realizadas con plomo. Es posible que las líneas de servicio, que son las tuberías que conectan su vivienda con la red principal de agua, contengan plomo. En su hogar, es posible que haya tuberías de plomo o tuberías de cobre unidas con soldaduras de plomo. Las llaves y los accesorios de latón también pueden contener plomo. Los niveles de plomo son más altos cuando el agua ha estado muchas horas en contacto con tuberías de plomo. El agua caliente hace que el plomo se libere más rápido.

¿Cómo ingresa el plomo a mi cuerpo?

En muchos casos, la exposición al plomo proviene del polvo de pintura, astillas de pintura y suelos contaminados con plomo. También puede ingresar al cuerpo al beber o cocinar con agua que contenga plomo. Los niños pequeños absorben el plomo de manera más fácil que los adultos, y se puede transmitir al feto durante el embarazo. Por estos motivos, el plomo en el agua potable puede ser una fuente importante de exposición durante el embarazo, la infancia (ya sea que se alimente con fórmula o leche materna) y la primera infancia (antes de los 6 años).

El plomo no se absorbe a través de la piel. Bañarse o ducharse con agua que contenga plomo no se considera un riesgo.

La mayoría de los niños entran en contacto con el plomo a través de la pintura en viviendas antiguas. Cuando la pintura que contiene plomo se descascara o agrieta, produce polvo y astillas de plomo. Las reformas en el hogar también pueden generar grandes cantidades de polvo de plomo, por lo tanto, se deben realizar con precaución. Este polvo se puede inhalar o quedar en las manos y los juguetes. La ingesta de plomo ocurre con frecuencia cuando los niños se llevan las manos y los juguetes a la boca.

Dado que todos estamos expuestos a pequeñas cantidades de plomo en la vida diaria, no es inusual que se detecten niveles bajos de plomo en el organismo.

La ley de Massachusetts requiere que se evalúe a los niños para detectar plomo entre los 9 y 12 meses, a los 2 y 3 años y, en determinados casos, también a los 4 años. Consulte con su médico sobre la realización de esta prueba y evalúe los riesgos de exposición al plomo.

Datos de interés sobre la exposición al plomo

Resumen

- La exposición al plomo es más perjudicial durante el embarazo, la infancia y la primera infancia (antes de los 6 años).
- La mayoría de las exposiciones al plomo provienen del polvo y las astillas de pintura a base de plomo.
- En Massachusetts, la mayoría de las fuentes públicas de agua no contienen plomo; sin embargo, este puede estar presente en el agua potable debido a tuberías de plomo, soldaduras o accesorios antiguos.

Qué hacer:

- Hable con el médico de su hijo sobre hacerle pruebas de plomo y sobre la exposición al plomo.
- Averigüe si su casa contiene pintura a base de plomo o sistemas de plomería y accesorios que contengan plomo.
- Utilice agua fría para beber y cocinar.
- Comuníquese con el departamento local de agua para averiguar sobre la línea de servicio de su vivienda y la posibilidad de analizar el agua.

¿Cómo afecta el plomo a la salud?

No existe un nivel seguro de plomo. La exposición al plomo puede causar efectos graves en la salud, sobre todo durante el embarazo, la infancia (ya sea que se alimente con fórmula o leche materna) y la primera infancia (antes de los 6 años). Algunos de los efectos en la salud de los bebés y niños incluyen disminución del coeficiente intelectual y del nivel de atención. La exposición al plomo también puede causar problemas de aprendizaje y de conducta o empeorarlos. Es posible que los hijos de personas expuestas al plomo antes del embarazo o durante el curso del embarazo tengan un riesgo mayor de sufrir estos efectos perjudiciales. En los adultos, la exposición al plomo puede aumentar el riesgo de padecer enfermedades cardíacas, presión arterial alta y problemas renales o del sistema nervioso.

El riesgo de sufrir efectos en la salud depende de la cantidad de plomo a la que una persona esté expuesta, así como también depende de factores personales, como la edad, el sexo y el estado de salud actual. Una exposición al plomo que afectaría poco a un adulto puede provocar consecuencias más graves en un bebé o un niño. Consulte con su proveedor de atención médica para obtener más información sobre los posibles riesgos.

¿Qué es la intoxicación por plomo?

La intoxicación por plomo ocurre cuando hay demasiada cantidad de plomo en el cuerpo. La mayoría de los niños que padecen intoxicación por plomo no presentan síntomas visibles ni actúan como si estuviesen enfermos. La única manera de saber si su hijo padece intoxicación por plomo es mediante una prueba de detección de plomo.

¿Qué sucede si estoy embarazada o si planeo estarlo?

El plomo se puede transmitir al bebé en gestación durante el embarazo. Los principales riesgos de exposición al plomo durante el embarazo incluyen lo siguiente:

- Exposición en el lugar de trabajo.
- Inmigración reciente.
- Tendencia a comer o masticar objetos que no sean alimentos, como tierra o joyas, que podrían estar contaminados.
- Estado nutricional.
- Consumo de remedios caseros tradicionales o uso de cosméticos importados.
- Polvo de pintura antigua a base de plomo durante reformas en el hogar.

Estos factores pueden aumentar las probabilidades de estar expuesto al plomo.

Consejos para reducir el contenido de plomo en la fórmula infantil

Al preparar fórmula infantil en polvo con agua del grifo, tenga en cuenta lo siguiente:

- Utilice agua **FRÍA**.
- **NO** utilice agua caliente para preparar la fórmula: hervir el agua no elimina el contenido de plomo.

Simplemente caliente la fórmula antes de dársela al bebé.

¿Qué puedo hacer ahora para proteger a mi familia?

1. Deje correr el agua antes de usarla y utilice agua FRÍA.

Siempre utilice agua **fría** para beber y cocinar. **No** utilice agua caliente para cocinar ni para preparar fórmula infantil. El agua caliente suele tener niveles más altos de plomo que el agua fría.

Dejar correr el agua antes de utilizarla ayuda a reducir los niveles de plomo. Esto elimina el agua que ha estado estancada en tuberías con plomo durante varias horas. El tiempo que debe dejar correr el agua varía en función de si su línea de servicio contiene plomo o no. Consulte con el departamento local de agua para saber si su línea de servicio contiene plomo. Para obtener más información sobre cómo purgar las tuberías y sobre el contenido de plomo en las líneas de servicio, visite [¿Hay plomo en el agua de mi grifo? | Mass.gov](#).

Hervir el agua no elimina el contenido de plomo. Al contrario, si el agua contiene plomo, hervirla puede aumentar los niveles.

También se recomienda desenroscar periódicamente el aireador del grifo y limpiar los residuos. En ocasiones, es posible que allí se acumulen pequeñas partículas de plomo.

2. Analice el agua potable de su hogar.

Si tiene contenido de plomo en la línea de servicio o en las tuberías de su vivienda, o si no tiene certeza de esto, se recomienda realizar un análisis de agua. Esta es la mejor forma de saber si hay contenido de plomo en el agua. El análisis suele costar entre \$20 y \$60 y se debe realizar en un laboratorio certificado. Las muestras de agua se pueden enviar por correo o entregar en persona. Asegúrese de seguir exactamente las instrucciones del laboratorio para la recolección de la muestra.



El Departamento de Protección Ambiental de Massachusetts (Massachusetts Department of Environmental Protection, MassDEP) tiene una lista de laboratorios certificados. Puede encontrarla aquí: [Laboratorios certificados | Mass.gov](https://www.mass.gov/laboratorios-certificados).

El nivel de acción de la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) para el plomo en el agua potable es de 15 ppb. Esto también se puede encontrar como “15 µg/L”, “0.015 ppm” o “0.015 mg/L”. El objetivo es reducir los niveles de plomo lo más posible, sobre todo durante el embarazo, la infancia y la primera infancia.

La exposición al plomo es más perjudicial durante el embarazo, la infancia y la primera infancia (antes de los 6 años). Si está embarazada o tiene hijos pequeños, evite consumir agua con niveles de plomo superiores a 15 ppb. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) recomiendan consumir agua embotellada o utilizar un sistema de filtración certificado para reducir el contenido de plomo al cocinar, beber o preparar fórmula infantil. Para obtener más información sobre la recomendación de los CDC, visite: [Acerca del plomo en el agua potable | CDC.gov](https://www.cdc.gov/acerca-del-plomo-en-el-agua-potable).

Si cree que su línea de servicio contiene plomo, haga analizar el agua del grifo. También utilice agua embotellada o un filtro certificado para eliminar el contenido de plomo, sobre todo si tiene bebés, niños pequeños o si está embarazada.

3. Se recomienda utilizar un filtro para reducir el nivel de plomo en el agua potable.

No todos los filtros reducen el contenido de plomo. Pueden ser costosos y requieren un mantenimiento regular para que funcionen de manera adecuada. Una excelente fuente de información sobre cómo filtrar el agua potable para eliminar el contenido de plomo es NSF International. Visite su sitio web en www.nsf.org/ para consultar productos específicos de filtros de agua.

¿Qué más puedo hacer para proteger a mi familia?

Realice una prueba de detección de plomo en su hogar.

La principal causa de intoxicación por plomo en los niños es la exposición a la pintura y al polvo que contienen plomo en sus hogares. Contrate a un inspector de plomo para analizar su vivienda y determinar si existen riesgos por contenido de plomo. Para obtener una lista de inspectores autorizados, visite

www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/environmental-health/exposure-topics/lead/delead/.

Si es inquilino, comuníquese con el departamento local de salud o con la División de Hogares Saludables y Prevención de la Intoxicación por Plomo Infantil del Departamento de Salud Pública (Department of Public Health, DPH) al 1-800-532-9571 para solicitar una inspección en su vivienda.

Someta a su hijo a una prueba de detección de plomo.

La única manera de saber si su hijo padece intoxicación por plomo es mediante un análisis de sangre. En Massachusetts, los niños deben someterse a una prueba de detección entre los 9 y 12 meses, a los 2, 3 y, en algunos casos, 4 años, según dónde vivan. Hable con su médico sobre los resultados de la prueba de detección de plomo de su hijo y evalúe los riesgos de la exposición al plomo. Si su hijo necesita someterse a la prueba o si le preocupa su salud o la exposición al plomo, pídale a su médico que le realice una prueba de detección de plomo. Un análisis de sangre tomado de la vena del niño es más preciso que una muestra tomada del dedo.

Reemplace las tuberías y los accesorios de plomería que contengan plomo.

Si es propietario de una casa, se recomienda reemplazar las tuberías, líneas de servicio o accesorios que contengan plomo. En especial, esto es muy importante si en la casa hay niños o personas en edad reproductiva que puedan consumir el agua. Comuníquese con el departamento local de agua para preguntar sobre el reemplazo de las líneas de servicio y la ayuda financiera disponible.

Al reemplazar tuberías o accesorios en su hogar, revise las etiquetas. Solo utilice materiales que no contengan plomo o que tengan un contenido muy bajo. Antes de comenzar cualquier reforma en el hogar, consulte cómo hacerlo de manera segura. Consulte el folleto [Renovating Your Home Safely de 2015 – English | Mass.gov](#).

¿Dónde puedo obtener más información?

Para obtener más información, contacte al:

Departamento de Salud Pública de Massachusetts
Oficina de Salud Ambiental y del Clima
Teléfono: 617-624-5757 | Fax: 617-624-5777
www.mass.gov/dph/environmental_health

Departamento de Salud Pública de Massachusetts
División de Hogares Saludables y Prevención de la Intoxicación por Plomo Infantil
1-800-532-9571 o www.mass.gov/dph/clppp

Para obtener más información sobre agua potable, contacte al:

Departamento de Protección Ambiental de Massachusetts
Programa sobre el agua potable
617-292-5770
program.director-dwp@mass.gov
www.mass.gov/lead-in-drinking-water

Departamento de Protección Ambiental de Massachusetts; obtenga la lista de laboratorios certificados por el estado para realizar el análisis de agua potable en (www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/certified-laboratories.html#1 ; haga clic



en MassDEP-Certified Laboratories for Residential Customers & Private Well Owners [Laboratorios certificados por MassDEP para clientes residenciales y propietarios de pozos privados])

NSF International; organización sin fines de lucro que certifica agua embotellada y filtros de agua en www.nsf.org/

Para obtener más información segura sobre el plomo, consulte lo siguiente:

Lista de inspectores autorizados en www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/environmental-health/exposure-topics/lead/delead/

Hoja informativa Renovate Your Home Safely (Remodele su hogar de forma segura) en www.mass.gov/doc/renovating-your-home-safely-brochure-2015-english-0/download

NOTA PARA LOS PROVEEDORES PÚBLICOS DE AGUA: Esta sección de preguntas frecuentes no cumple con los requisitos de notificación ni educación de la Regla de Plomo y Cobre 310 CMR 22.06B. Los sistemas públicos de agua deben comunicarse con MassDEP para conocer los requisitos específicos de la Regla de Plomo y Cobre a fin de que los sistemas públicos de agua notifiquen a los consumidores los resultados elevados de plomo.