Preguntas frecuentes sobre el contenido de plomo en agua potable

En esta hoja de información se responden preguntas frecuentes sobre el plomo y la salud, la manera en que el plomo ingresa al agua potable y las medidas que usted puede tomar para protegerse y proteger a su familia de la exposición al plomo. El plomo puede encontrarse en todas partes en el ambiente. Si bien ocurre naturalmente, la mayor parte de la exposición proviene de actividades humanas. Los niños pequeños, los bebés y las mujeres embarazadas son más vulnerables a los efectos del plomo, y se deben tomar precauciones para minimizar su riesgo a la exposición.

¿De qué manera ingresa el plomo al agua potable?

En Massachusetts, la mayoría de las fuentes de agua potable, como tanques y agua subterránea, no tiene plomo. Si hay plomo en el agua, generalmente se debe al agua que corre por tuberías o plomería de plomo con partes o soldaduras de plomo en los hogares. Las conexiones a la red, que son las tuberías que conectan su casa con la tubería maestra, pueden tener plomo. Dentro de su casa, es posible que tenga tuberías de plomo, tuberías de cobre con soldaduras de plomo, o grifos o accesorios de bronce que tienen plomo. Los niveles de plomo son más altos cuando el agua ha estado en tuberías de plomo durante varias horas. El agua caliente provoca que el plomo ingrese al agua más rápidamente.

¿De qué manera ingresa el plomo al organismo?

En muchos casos, la mayor exposición al plomo proviene de polvillo de pintura, partículas de pintura y suelo contaminado con plomo. El plomo también puede ingresar al organismo al beber o cocinar con agua con plomo. Los niños pequeños absorben plomo con mayor facilidad que los adultos, y una madre puede pasarle plomo al feto. Por estos motivos, el plomo en el agua potable puede ser una fuente importante de exposición para mujeres embarazadas, niños pequeños y bebés alimentados con fórmula en polvo.

Datos resumidos sobre la exposición al plomo

Descripción general:

- Los bebés, los niños pequeños y las mujeres embarazadas son especialmente vulnerables a los efectos nocivos de la exposición al plomo.
- La mayor parte de la exposición al plomo se debe a polvillo y partículas de pintura con plomo.
- La mayoría de las fuentes de agua públicas en Massachusetts no tienen plomo, pero puede haber plomo en el agua de su casa debido a tuberías, soldaduras o accesorios antiguos de plomo.

Medidas que se deben tomar:

- Hable con el médico de su hijo sobre la exposición al plomo y para que le realicen un análisis de detección de plomo a su hijo.
- Averigüe si su casa tiene pintura con plomo o tuberías/accesorios de plomo.
- Use agua fría para beber y cocinar.
- Llame al departamento local de agua para averiguar sobre la línea de servicio de su hogar y para analizar el agua.

El plomo ***no*** se absorbe a través de la piel. Bañarse o ducharse con agua que contiene plomo debería ser seguro.

La mayoría de los niños entran en contacto con el plomo al estar expuestos a la pintura en casas viejas. Cuando la pintura vieja que contiene plomo se descascara y se parte, produce polvillo y partículas de plomo. Una renovación del hogar también puede crear cantidades significativas de polvillo de plomo y se debe realizar con precaución. El polvillo de plomo puede ser inhalado o ingresar por las manos y los juguetes. La ingesta de plomo a menudo ocurre cuando los niños se llevan las manos y los juguetes a la boca.

En Massachusetts, es ley que se les realice análisis para detectar plomo a los niños de 9 a 12 meses y de 2, 3 y a veces 4 años. Pregunte a su médico sobre los análisis para la detección de plomo para su hijo y consulte los riesgos de la exposición al plomo.

¿De qué manera el plomo lo enferma?

El plomo puede afectarle los órganos, y puede dañar el cerebro, los riñones y el sistema nervioso. Los cerebros en desarrollo de bebés y niños pequeños corren el mayor riesgo. Una exposición al plomo que pudiera tener poco efecto en un adulto puede tener un gran efecto en un bebé o en un niño. Si bien no hay un nivel seguro de exposición al plomo, es importante reducir las exposiciones al plomo lo máximo posible, en especial en el caso de bebés, niños pequeños y mujeres embarazadas.

¿Qué es la intoxicación con plomo?

La intoxicación con plomo es producida por demasiado plomo en el organismo. La mayoría de los niños que tienen intoxicación con plomo no se ven ni parecen enfermos. Un análisis para detectar plomo es la única manera de saber si su hijo tiene intoxicación con plomo.

¿Qué sucede si estoy embarazada o planeo quedar embarazada?

El plomo puede ser transmitido por la madre al feto. Los factores de riesgo más importantes para la exposición al plomo en mujeres embarazadas son exposiciones en el lugar de trabajo, inmigración reciente, ansias de comer o llevarse a la boca sustancias no alimenticias que pueden estar contaminadas, como tierra o joyas, el estado nutricional de una mujer, su uso de remedios caseros tradicionales o cosméticos importados, y el uso de cerámica esmaltada en plomo para cocinar o conservar alimentos. El polvillo de pintura vieja a base de plomo también puede ser una fuente importante de exposición para mujeres embarazadas durante la renovación de casas más antiguas. Consulte con su médico los riesgos de la exposición al plomo y si debería realizarse el análisis para la detección de plomo.

¿Qué puedo hacer ahora mismo para proteger a mi familia?

1. Deje correr el agua antes de usarla y use agua fría.

Use siempre agua **fría** para beber y cocinar. **No** use agua caliente para cocinar ni para preparar la fórmula para bebés. Por lo general, el agua caliente tiene niveles de plomo más altos que el agua fría.

Al dejar correr el agua antes de usarla por lo general se reducirán los niveles de plomo ya que limpiará el agua que ha permanecido en las tuberías de plomo durante varias horas. Sin embargo, el tiempo necesario para dejar correr el agua depende de si la línea de servicio de su hogar es o no de plomo. Comuníquese con su departamento local de agua para averiguar si su línea de servicio contiene plomo. Para obtener información sobre cómo lavar las tuberías y sobre el plomo en la línea de servicio y la plomería del hogar, visite: http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/is-there-lead-in-my-tap-water.html.

El agua hirviendo no elimina el plomo. Si hay plomo en el agua, hervirla aumentará los niveles de plomo.

También debe desenroscar periódicamente el aireador del extremo del grifo y limpiar por dentro para retirar desechos. A veces se pueden acumular pequeños pedazos de plomo allí.

Consejos para reducir el plomo en la fórmula para bebés

Al mezclar la fórmula en polvo para bebés con agua del grifo:

1. Use agua **FRÍA**.
2. **NO** use agua caliente para la fórmula para bebés; el agua hirviendo no elimina el plomo.
3. Simplemente caliente la fórmula que va a servir.

2. Realice una prueba del agua potable.

Si tiene plomo en la línea de servicio o en las tuberías dentro de su casa o si no está seguro sobre lo que debe hacer, considere realizar un análisis del agua. Esta es la mejor manera de averiguar si tiene plomo en el agua. Por lo general, el análisis tiene un costo de entre $20 y $40 y debe realizarlo un laboratorio certificado. Las muestras de agua se pueden enviar por correo o llevar al lugar. Asegúrese de seguir con exactitud las instrucciones del laboratorio para la obtención de muestras.

El Departamento de Protección Ambiental de Massachusetts (MassDEP, por sus siglas en inglés) ofrece una lista de laboratorios certificados, que puede encontrarse aquí: http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/certified-laboratories.html#1.

El nivel de intervención de la Agencia de Protección Ambiental (EPA, por sus siglas en inglés) para el contenido de plomo en el agua potable, o el nivel que los reguladores esperan que el agua

no supere, es de 15 ppb (también registrado como “15 µg/l”, “0.015 ppm” o “0.015 mg/l”); el objetivo, sin embargo, es tener el nivel más bajo posible de plomo en el agua potable, en especial en aquellos lugares donde niños pequeños y mujeres embarazadas pueden estar expuestos.

Los bebés, los niños y las mujeres embarazadas son especialmente vulnerables a los efectos de la exposición al plomo. Si está embarazada o tiene niños pequeños que beben agua con niveles de plomo que exceden el nivel de intervención de la EPA de 15 ppb, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) recomiendan que use agua embotellada o agua proveniente de un sistema de filtración certificado por una organización independiente de análisis a fin de reducir o eliminar el plomo en el agua para cocinar, beber y preparar la fórmula para bebés. Para obtener más información sobre la recomendación de los CDC, visite: https://www.cdc.gov/lead-prevention/prevention/drinking-water.html. Si usted tiene, o sospecha que puede tener, una línea de servicio con plomo en su hogar, debe hacer analizar el agua del grifo para detectar si tiene plomo, y debe usar agua embotellada o agua de un filtro adecuado que elimina el plomo para mujeres embarazadas, bebés y niños.

3. Considere usar un filtro para reducir el nivel de plomo en el agua potable.

No todos los filtros reducirán el plomo y los filtros pueden ser costosos, además que requieren mantenimiento regular para mantener su eficacia. Una fuente útil de información sobre cómo filtrar el agua potable para eliminar el plomo y sobre los productos específicos de filtro de agua se encuentra en NSF International http://www.nsf.org/.

¿Qué más puedo hacer para proteger a mi familia?

Haga una prueba de detección de plomo en su hogar.

La mayoría de los niños se intoxican con pintura y polvillo de plomo en sus hogares. Contrate a un inspector de plomo para que analice su casa a fin de determinar si existen peligros relativos al plomo. Para obtener una lista de inspectores de plomo autorizados, visite http://www.mass.gov/eohhs/gov/departments/dph/programs/environmental-health/exposure-topics/lead/delead/.

Si usted es inquilino, comuníquese con su departamento local de salud o con el Programa de Prevención de Intoxicación con Plomo en la Niñez del Departamento de Salud Pública (DPH, por sus siglas en inglés) (1-800-532-9571) para que le realicen una inspección a su vivienda.

Pida que se le realice un examen a su hijo para detectar plomo.

Un examen de sangre es la única manera de determinar si su hijo tiene intoxicación con plomo. En Massachusetts, se debe realizar un examen a los niños de 9 a 12 meses de edad, y de 2, 3 y a veces 4 años, según donde vivan. Hable con su médico sobre los resultados del análisis para la

detección de plomo de su hijo y consulte los riesgos de la exposición al plomo. Si los análisis de sangre de su hijo no están actualizados, o usted tiene alguna inquietud específica sobre la salud o la exposición al plomo de su hijo, solicite a su médico que le haga el examen para la detección de plomo a su hijo. Una muestra de sangre extraída de la vena del niño es más precisa que una muestra obtenida del dedo del niño.

Reemplace las tuberías de plomo y la plomería que contiene plomo.

Si usted es propietario de la vivienda, se le recomienda que considere reemplazar toda tubería de agua, la línea de servicio o accesorios que contengan plomo, en especial si hay niños o mujeres en edad de procrear. Comuníquese con su departamento local de agua para averiguar sobre el reemplazo de la línea de servicio y si hay incentivos económicos y programas de ayuda disponible.

Si reemplaza las tuberías de agua o los accesorios del interior de la casa, asegúrese de controlar la etiqueta y de usar solo materiales sin plomo o con bajo contenido de plomo. Antes de hacer cualquier renovación en el hogar, aprenda a renovar su casa de manera segura en: https://www.mass.gov/doc/renovating-your-home-safely-brochure-2015-spanish/download.

¿Dónde puedo obtener más información?

Programa de Agua Potable de MassDEP, llamando al 617-292-5770, program.director-dwp@mass.gov, o visitando: https://www.mass.gov/lead-in-drinking-water

Programa de Prevención de Intoxicación con Plomo en la Niñez, llamando al 1-800-532-9571 o visitando: www.mass.gov/dph/clppp

Oficina de Salud Ambiental del DPH al 617-624-5757 para preguntas relacionadas con la salud sobre el plomo en agua potable.

Lista de laboratorios certificados por el estado para pruebas de agua potable: (http://www.mass.gov/eea/agencies/massdep/water/drinking/certified-laboratories.html#1 - haga clic en Find MassDEP-Certified Laboratories)

NSF International, una organización sin fines de lucro que certifica el agua embotellada y los filtros de agua: http://www.nsf.org/

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

Hoja de información sobre cómo renovar su casa de manera segura: https://www.mass.gov/doc/renovating-your-home-safely-brochure-2015-spanish/download

Mayo de 2016