

## ¿QUÉ ES EL PLOMO?

- El plomo es un metal tóxico que es dañino cuando es inhalado o ingerido.
- El plomo se puede encontrar en el aire, en la tierra, en el polvo, en la comida y en el agua.

## ¿CÓMO ME PUEDO EXPONER AL PLOMO?

- La mayor posibilidad de estar expuesto al plomo se da al ingerir o inhalar partículas o polvo de pintura cuya base es de plomo.
- El plomo también se puede encontrar en algunos materiales de la tubería de la vivienda y en la tubería del sistema de agua.

## ¿QUIÉNES CORREN RIESGO?

- Los niños menores de 6 años son los que corren el mayor riesgo de exposición al plomo. Mujeres embarazadas y en período de lactancia deben evitar exposición al plomo para proteger a sus hijos.
- La exposición al plomo puede resultar en el retraso del desarrollo físico y mental.

Su hijo también pueden correr riesgo si:

- su vivienda, o la vivienda donde su hijo pasa la mayoría del tiempo, fue construida antes de 1978, año en que se prohibió la pintura a base de plomo.
- se está renovando una casa como la que se describe anteriormente.
- los adultos de la casa trabajan con plomo.

## LÍNEAS DIRECTAS E INFORMACIÓN ADICIONAL

Línea Directa de la EPA  
sobre el Agua Potable:  
800-426-4791

Centro Nacional de Información  
sobre el Plomo:  
800-424-LEAD  
[www.epa.gov/lead](http://www.epa.gov/lead)

NSF International:  
[www.nsf.org](http://www.nsf.org)

Página del Internet acerca del Plomo  
en el Agua Potable:  
[www.epa.gov/safewater/lead](http://www.epa.gov/safewater/lead)

### Información Adicional:

Lea el informe anual que recibe de su proveedor de agua para enterarse de las medidas que se están tomando para reducir los niveles de plomo en el agua potable y otra información acerca de su agua potable. Comuníquese con ellos si tiene cualquier duda o pregunta.

Comuníquese con su departamento de salud pública local o consulte a su médico para más detalles acerca de reducir la exposición al plomo de su familia.

Oficina de Agua (4606 M)  
EPA 816-F-05-019  
Julio del 2005

*Impreso en Papel Reciclado*



# ¿EXISTE PLOMO EN MI AGUA POTABLE?

Usted puede reducir el riesgo de exposición al plomo del agua potable en su vivienda.



**Consejos  
para Proteger  
la Salud de  
su Familia**

## ¿DE DÓNDE PROCEDE EL PLOMO EN MI AGUA?

El plomo entra en contacto con el agua ("lixivia") a través de la tubería.

La lixiviación del plomo al agua ocurre a través de:

- La corrosión\* de
  - Tubería
  - Soldaduras
  - Grifos y accesorios de bronce
  - Ajustes

\*La corrosión es la disolución o descomposición del metal causada por una reacción química entre el agua y su tubería.

La cantidad de plomo en su agua también depende del tipo y cantidad de minerales que se encuentran en el agua, el período de tiempo que el agua permanece en la tubería, el nivel de corrosión de la tubería y del nivel de acidez y temperatura del agua.

## CONSEJO PARA LA SALUD

Para ayudar a evitar el almacenamiento de plomo en el cuerpo de sus hijos, sirva comidas que sean bajas en grasa y altas en su nivel de calcio y hierro, incluyendo productos lácteos y vegetales verdes.



## ¿Qué debo hacer si sospecho que mi agua contiene altos niveles de plomo?

- Si desea saber si el agua potable de su vivienda contiene niveles peligrosos de plomo, pida un análisis.
- El análisis del agua es la única manera de confirmar la presencia o ausencia de plomo en el agua.
- La mayoría de los sistemas de agua llevan a cabo este tipo de análisis frecuentemente como parte del proceso de monitorear la calidad y seguridad del agua. Dichos análisis nos proveen una perspectiva general del sistema y no reflejan las condiciones específicas de una toma de agua potable en particular.
- Para más información acerca de como analizar su agua, llame a la Línea directa de Agua Potable de la EPA, al 800-426-4791.

## ¿Debería hacerles la prueba de exposición al plomo a mis hijos?

- Se debe aplicar la prueba a aquellos niños que corran riesgo de exposición al plomo.
- Su médico o un centro médico local puede realizar una prueba sanguínea sencilla para determinar el nivel de plomo en la sangre de su hijo.
- Si la sangre de su hijo registra un nivel de plomo de más de 10  $\mu\text{g}/\text{dl}$ , deberá tomar medidas preventivas.

## CONSEJOS RÁPIDOS PARA REDUCIR LA EXPOSICIÓN AL PLOMO DE SU FAMILIA



**El hervir el agua no eliminará el plomo.**

- Utilice agua fría para beber y cocinar. Nunca cocine ni prepare la fórmula de los bebés con agua caliente del grifo.
- Acostúmbrase a **dejar correr el agua de cada grifo** antes de usarla.
- No consuma el agua que ha estado en contacto con la tubería de su casa durante más de seis horas. Primero, asegúrese de **dejar que el agua corra** hasta que sienta que haya cambiado la temperatura del agua antes de usarla para cocinar, beber o cepillarse los dientes, a menos que su servicio de agua potable le haya indicado lo contrario.
- Algunos sistemas de filtración, tanto de los grifos como de las jarras, pueden eliminar el plomo del agua potable. Si utiliza un filtro, asegúrese de conseguir uno que haya sido certificado por NSF International para eliminar el plomo.