

¡Déjela correr... y sáquele el plomo!

Información importante para proteger su salud

El plomo es un metal común que se ha encontrado en muchos productos de consumo, pero ahora se sabe que es dañino para la salud de las personas si se ingiere o inhala. Puede encontrarse en pintura con base de plomo, aire, tierra, polvo de la casa, alimentos, algunos tipos de cerámica/barro y agua potable. Cuando las personas tienen contacto con el plomo, éste puede entrar a su organismo y acumularse con el tiempo, causando daños al cerebro, sistema nervioso, glóbulos rojos y riñones.

La siguiente es información acerca del plomo en el agua potable: por qué es motivo de preocupación, cómo llega al agua, y lo más importante, precauciones sencillas que usted puede tomar para protegerse usted y a su familia.

¿Por qué es un problema el plomo en el agua potable?

El agua potable no es la única fuente de exposición al plomo. Sin embargo, en combinación con otras fuentes, el plomo en el agua puede aumentar la acumulación de plomo en nuestro organismo. El plomo en el agua puede ser un problema especial para los infantes, cuyas dietas alimenticias pueden ser en su mayoría líquidos, tales como fórmula láctea o jugos concentrados mezclados con agua. Una persona de cuerpo pequeño puede absorber el plomo más rápidamente que una persona de cuerpo grande, por lo que cantidades de plomo que no dañan a un adulto pueden ser muy dañinas para un niño. Demasiado plomo puede causar daños permanentes en el desarrollo mental y físico de un niño.

¿Cómo llega el plomo al agua potable?

El plomo rara vez se encuentra en fuentes naturales de agua tales como ríos y lagos o arroyos subterráneos. Sin embargo, puede introducirse en el agua potable una vez que el agua ha salido de la planta de tratamiento y va de camino a las llaves de agua de las casas. Esto por lo general sucede a través de la corrosión de materiales que contienen plomo en la tubería de la casa. Entre estos materiales están las llaves de latón, soldadura de plomo en la tubería de cobre, tubería de plomo o líneas de servicio de plomo que conectan el suministro de agua a la plomería interior.

La tubería de plomo ya no se instala para líneas de servicio o plomería de viviendas, y en Minnesota, desde 1985 se prohibió por ley el uso de soldadura de plomo. La cantidad de plomo permitido en las llaves de latón también ha sido limitado, pero aún puede contribuir algo de plomo al agua potable (tome nota de que muchas llaves están hechas de latón aún y cuando no sean de color "bronce"). Aún existiendo estas restricciones, algunas casas - especialmente las casas más viejas - pueden tener todavía cantidades significativas de plomo en su sistema de plomería.

¿Cómo puedo reducir el plomo del agua potable que tomo?

Déjela correr. Deje que corra el agua de la llave antes de usarla para beber o cocinar. El agua que queda estancada en la tubería por largos períodos de tiempo - tal como durante la noche o durante el día cuando las personas están en el trabajo y en la escuela - es más probable que absorba materiales del sistema de plomería. La mejor manera de limpiar las tuberías de agua que podría contener plomo es dejando correr el agua fría de la llave hasta que sienta que el agua está lo más fría posible. El tiempo que esto tome dependerá de su casa y de la manera en que está organizada la plomería - pero siempre debe dejar el agua correr por lo menos 60 segundos. Si su casa tiene una línea de servicio de plomo (lo cual puede determinar preguntando al servicio de agua y drenaje local), debe dejar correr el agua de 2 a 3 minutos adicionales para asegurarse de que recibe agua fresca del suministro de agua. Asegúrese de dejar correr el agua estancada antes de usar agua para beber o cocinar.

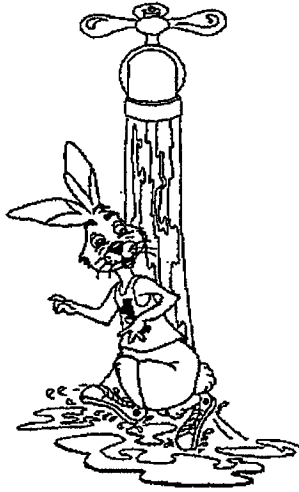
Consejos para dejar correr el agua:

- Otros usos del agua en casa ayudarán a limpiar el agua estancada de la plomería de su casa. Por ejemplo, quizá desee establecer una rutina de los quehaceres domésticos que requieren agua - tales como darse una ducha, tirar de la cadena del excusado, o encender el lavaplatos - a primera hora de la mañana antes de usar el agua para beber o cocinar. Recuerde que tendrá que dejar correr el agua de cada llave por un corto período de tiempo antes de usar el agua de esa llave para beber.
- El agua que deje correr de la llave para beber no tiene que desperdiciarla. Puede usarla para limpiar o para regar las plantas.
- Puede guardar un recipiente de agua para beber en su refrigerador para que no tenga que dejar correr el agua cada vez que la necesite.

Use únicamente agua fría para cocinar y beber. El agua caliente disuelve el plomo más rápidamente que el agua fría. No use agua de la llave caliente para cocinar o beber. Si necesita agua caliente para cocinar o beber, use agua de la llave fría y caliéntela. Es muy importante que no use agua caliente para mezclar la fórmula láctea para su bebé.

¿Sirven los equipos de tratamiento de agua?

Algunos equipos de tratamiento pueden reducir la cantidad de plomo en el agua potable. Las unidades de ósmosis inversa y destilación pueden usarse para ese fin. Algunos tipos de filtros de agua también remueven el plomo. Verifique la información del producto para asegurarse de que ha sido certificado para remover el plomo por NSF Internacional (<http://nsf.org>). También debe seguir las recomendaciones del fabricante para operación y mantenimiento para asegurarse de que el equipo de tratamiento funcione correctamente.



¡Déjela correr!

¿Cómo puedo analizar el agua de mi casa para ver si contiene plomo?

El analizar el agua para ver si contiene plomo puede ayudar a determinar si el agua potable de su casa contiene demasiado plomo. Muchos laboratorios pueden analizar el agua para ver si existe un problema con plomo. Las cuotas varían dependiendo del laboratorio. Busque en la sección amarilla bajo "Laboratorios-Análisis" ("Laboratories-Testing").



Minnesota Department of Health *Division of Environmental Health*
625 North Robert Street P. O. Box 64975 St. Paul, Minnesota 55164-0975
<http://www.health.state.mn.us/divs/eh/water>



141-0305
Agosto de 2007