



Plomo en el agua potable

El plomo puede causar problemas graves de salud, en especial a las mujeres embarazadas y los niños pequeños. Lea atentamente esta información para saber qué puede hacer para reducir la presencia de plomo en el agua potable.

Efectos del plomo en la salud

El plomo puede causar problemas de salud graves si entra en exceso en el organismo a través del agua potable u otras fuentes. El mayor riesgo de exposición al plomo lo corren los bebés, los niños pequeños y las mujeres embarazadas. La exposición al plomo puede disminuir el coeficiente intelectual y la capacidad de atención, y puede causar o agravar problemas de comportamiento ya existentes en bebés y niños. En los adultos puede aumentar el riesgo de cardiopatías, hipertensión y problemas renales o del sistema nervioso. Además, el plomo se almacena en los huesos y puede liberarse en etapas posteriores de la vida. Por ello, si una madre estuvo expuesta al plomo antes o durante el embarazo, el niño puede tener un mayor riesgo de presentar determinados efectos sobre la salud.

Fuentes de plomo

El plomo es un metal común, natural, tóxico y, a menudo, útil que se utilizó durante años en productos de uso doméstico. Se puede encontrar en todo el entorno, en la pintura a base de plomo, el aire, la tierra, el polvo doméstico, los alimentos y algunos tipos de cerámica, porcelana y peltre.

El plomo también puede encontrarse en el agua, aunque rara vez aparece de forma natural en suministros de agua como los ríos y lagos. En cambio, entra al agua potable principalmente debido a la corrosión, o desgaste, de materiales que contienen plomo en el sistema de distribución de agua y en las tuberías domésticas. Estos materiales incluyen la soldadura a base de plomo utilizada para unir tuberías de cobre y los grifos de latón y latón cromado. En algunos casos, es posible que los ductos que conectan su casa con la red principal de agua (tuberías de servicio) sean de plomo. Algunas causas comunes de corrosión son el oxígeno disuelto, la acidez (pH bajo) y el bajo contenido mineral del agua. Incluso si un producto se anuncia como "sin plomo", puede contener pequeñas cantidades de plomo.

Cuando el agua permanece inmóvil en ductos de plomo o tuberías que contienen plomo durante varias horas o más, el plomo puede disolverse en el agua potable. Esto significa que la primera toma de agua de la llave por la mañana, o más tarde al volver del trabajo o de la escuela, puede contener niveles más elevados de plomo.

El plomo en el agua potable, aunque rara vez es la única causa de intoxicación por plomo, puede aumentar de forma considerable la exposición total al plomo de una persona. Esto es un motivo de especial preocupación para los bebés que toman leche de fórmula y jugos concentrados que se mezclan con agua. Se calcula que el agua potable puede constituir el 20 % o más de la exposición total de una persona al plomo, y los bebés que toman principalmente leche de fórmula mezclada con agua pueden recibir del 40 % al 60 % de su exposición total al plomo a través del agua potable.

Otra fuente de preocupación es que las casas construidas antes de 1978 pueden tener pintura a base de plomo tanto dentro como fuera de la casa. Una causa frecuente de exposición al plomo en niños pequeños es la ingestión de fragmentos de pintura a base de plomo. La tierra y el polvo doméstico también pueden contener pintura a base de plomo deteriorada.

Plomo en el agua potable

Medidas que puede adoptar para reducir su exposición al plomo en el agua potable

Para reducir su exposición al plomo en el agua potable, tome las siguientes precauciones:

- **Descargue las llaves antes de consumir agua.** Antes de beber o cocinar con agua de una llave que no se ha utilizado durante más de seis horas, deje correr el agua (descargue la llave) hasta que se enfríe notablemente. Una descarga típica tarda entre 30 segundos y tres minutos, aunque las casas con tuberías de servicio de plomo pueden necesitar más tiempo. Tenga en cuenta que al descargar el inodoro o ducharse solo se descarga agua a través de una parte de la tubería, por lo que seguirá siendo necesario dejar correr agua en cada llave antes de consumirla. Para ahorrar agua, puede utilizar la primera descarga para lavar los platos o regar las plantas. Una vez que haya descargado bien la llave, también puede llenar un par de botellas para beber más tarde.
- **No utilice agua de la llave de agua caliente para cocinar ni para beber.** El agua caliente puede disolver más plomo en menos tiempo que el agua fría. Si necesita agua caliente, saque agua fría de la llave y caliéntela en la estufa o el microondas. No prepare leche de fórmula con agua de la llave de agua caliente.
- **No hierva el agua para eliminar el plomo.** Hervir el agua no reduce los niveles de plomo.
- **Retire periódicamente los aireadores de las llaves y enjuáguelos dejando correr el agua** de tres a cinco minutos para eliminar las soldaduras de plomo sueltas o los residuos que se hayan acumulado con el tiempo.
- **Determine si su tubería de servicio está hecha de plomo.** La mejor forma de determinar si su tubería de servicio está hecha de plomo es contratar a un plomero con licencia para que la inspeccione. Al mismo tiempo, el plomero autorizado puede comprobar si la tubería de su casa o edificio contiene soldaduras de plomo, ductos de plomo o accesorios de tubería que contengan plomo.
- **Póngase en contacto con su proveedor de agua.** Su proveedor público de agua debe llevar un registro de los materiales presentes en el sistema de distribución. También debe poder identificar su tubería de servicio, y es posible que tenga un programa que ofrezca la sustitución de la tubería de servicio de plomo de forma gratuita o a un costo reducido, o un análisis gratuito del agua.
- **Contrate a un electricista para que revise su instalación eléctrica.** Si los cables de tierra del sistema eléctrico están conectados a su tubería, la corrosión puede ser mayor. Consulte a un electricista autorizado o el código eléctrico local para determinar si su cableado puede conectarse a tierra en otro lugar. NO intente cambiar el cableado usted mismo; una conexión a tierra inadecuada puede causar descargas eléctricas y peligro de incendio.
- **Lleve el agua de su casa a analizar para determinar si contiene niveles elevados de plomo.** No se puede ver, oler ni percibir el sabor del plomo en el agua potable. Así que puede optar por acudir a un laboratorio certificado por la Agencia de Protección Ambiental (Environmental Protection Agency, EPA) de Ohio para que realice un análisis de detección de plomo en muestras de agua potable. Para obtener una lista de laboratorios certificados, visite dam.assets.ohio.gov/image/upload/epa.ohio.gov/Portals/28/documents/labcert/Combined-Lab-List.pdf.

A pesar de que el sistema público de abastecimiento de agua hace todo lo posible por controlar la corrosividad del agua y evitar la entrada de plomo en el suministro, los niveles de plomo en algunas casas o edificios pueden ser elevados. Las medidas descritas anteriormente reducirán los niveles de plomo en el agua potable de su hogar. Sin embargo, si un análisis del agua indica que el agua potable que sale de su llave contiene niveles de plomo superiores a 15 partes por mil millones después de hacer una descarga, o después de que el sistema público de agua haya llevado a cabo acciones para minimizar los niveles, puede que le convenga tomar alguna de las siguientes medidas adicionales:

Plomo en el agua potable

- **Compre o alquile un dispositivo de tratamiento doméstico certificado por una agencia de pruebas independiente**, como NSF International, y clasificado para la reducción de plomo. Los dispositivos de tratamiento doméstico son limitados en el sentido de que cada unidad solo trata el agua que fluye de la llave o las llaves a las que está conectado, y todos los dispositivos requieren mantenimiento y sustitución periódicos. Los dispositivos de encimera, como los sistemas de ósmosis inversa instalados en la llave o los destiladores, pueden eliminar eficazmente el plomo del agua potable. Algunos filtros de carbón activado pueden reducir los niveles de plomo en la llave; sin embargo, es preciso investigar todas las aseveraciones en materia de reducción de plomo. Asegúrese de comprobar el funcionamiento real de un dispositivo de tratamiento doméstico específico antes y después de instalarlo. Siga las recomendaciones del fabricante para la sustitución de los filtros u otros medios de la unidad de tratamiento para garantizar que el producto funcione correctamente.
- **Compre agua embotellada para beber y cocinar.** Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan que los niños y las mujeres embarazadas utilicen agua embotellada o agua de un sistema de filtración certificado por una organización de pruebas independiente para reducir o eliminar el plomo al cocinar, beber y preparar la leche de fórmula.
- **Si usted es padre o madre y le preocupa la exposición al plomo, puede pedir a su médico de cabecera o pediatra que analice la sangre de su hijo** para detectar la presencia de plomo y que le proporcione información sobre los efectos del plomo en la salud.

Información adicional

Para obtener más información sobre el agua potable de su hogar, comuníquese con su proveedor de agua. Para obtener más información sobre cómo reducir la exposición al plomo en su casa o edificio y sobre los efectos del plomo en la salud, visite el sitio web de la EPA de los EE. UU. en [epa.gov/lead](https://www.epa.gov/lead) o comuníquese con su proveedor de atención médica. El [*sitio web sobre intoxicación infantil por plomo del Departamento de Salud de Ohio*](#) y la [*página web de información sobre el plomo de la EPA de Ohio*](#) también son fuentes útiles de información.