

## Para reducir su nivel de exposición al plomo de las tuberías...

*El Ayuntamiento de Tualatin le recomienda seguir estos sencillos pasos:*

### 1. Deje correr el agua para sacar el plomo.

Si no ha usado el agua del grifo durante muchas horas, antes de beberla o usarla para cocinar, déjela correr entre 30 segundos y 2 minutos o hasta que el agua salga más fría antes de beberla o cocinar. Esto saca el agua estancada de las tuberías para reemplazarla con agua limpia.

**2. Use agua fría y limpia para cocinar y preparar fórmulas infantiles.** No cocine o beba agua del grifo del agua caliente, pues el plomo se disuelve más fácilmente en el agua caliente. No use agua del grifo del agua caliente para preparar fórmulas infantiles.

**3. No hierva el agua para eliminar el plomo.** Hervir el agua no eliminará el plomo.

**4. Considere el uso de un filtro.** Revise si reduce el plomo – no todos los filtros lo hacen. Asegúrese de mantener y reemplazar el dispositivo de filtrado de conformidad con las estipulaciones del fabricante para proteger la calidad del agua. Llame a NSF internacional por el teléfono **800-NSF-8010** o visite su página: **www.nsf.org**, para obtener mayor información sobre los estándares de desempeño de filtros de agua.

**5. Realice la prueba para medir los niveles de plomo en su agua corriente.** Llame a la Línea Telefónica sobre el Plomo al **503-988-4000** para informarse sobre cómo conseguir el equipo de prueba gratis.

**6. Haga la prueba del plomo a sus hijos.** Pregunte a su médico o llame a la Línea Telefónica sobre el Plomo para saber cómo hacer la prueba del plomo a sus hijos. Una prueba de niveles de plomo en sangre es la única manera de saber si su hijo ha estado expuesto al plomo o no.

**7. Considere comprar repuestos bajos en plomo:** Las uniones para grifos, accesorios y válvulas nuevas de latón pueden contribuir a la formación de plomo en su agua potable. En la actualidad, la Ley Federal permite que las piezas finales de repuestos para grifos contengan hasta 8% de plomo. Estos repuestos e etiquetan como “libres de plomo”. Cuando compre repuestos nuevos, busque aquellos con el menor contenido de plomo. Si desea más información sobre los contenidos de plomo en los repuestos para plomería, visite la página **www.nsf.org**.

## Pruebas para medir el nivel de plomo en el agua

El condado de Multnomah proporciona kits de pruebas gratuitos para medir el nivel de plomo en el agua y cuenta con información sobre los peligros del plomo. Comuníquese con Multnomah County Health Department LeadLine llamando al número **503-988-4000** o visite el sitio web **www.leadline.org**.

- Pruebas gratuitas para medir el nivel de plomo en el agua
- Análisis de plomo en sangre gratuitos para niños
- Talleres de prevención de intoxicación por plomo
- Programas para reducir los peligros en viviendas elegibles
- Información general sobre cómo reducir la exposición al plomo en viviendas o edificios y los efectos de esta sustancia en la salud

### Para obtener información adicional

Llame al número **503-691-3095** o visite el sitio web **www.tualatinoregon.gov**. Para obtener más información sobre cómo reducir la exposición al plomo en viviendas y edificios y los efectos de esta sustancia en la salud, visite el sitio web de la EPA, <http://www.epa.gov/lead>, o comuníquese con su proveedor de atención médica.



### Ciudad de Tualatin

18880 SW Martinazzi Avenue  
Tualatin, OR 97062

**www.tualatinoregon.gov**

**503-691-3095**



impreso en papel reciclado

2/14

*Cómo reducir la exposición al*

# Plomo

*en el agua potable y  
plomería en el hogar*



**Ciudad de Tualatin**

## Información importante...

# Sobre el plomo en el agua potable

Somos miembros activos del Joint Regional Lead Monitoring Program (Programa regional conjunto de supervisión del plomo), mediante el cual se detectaron niveles de plomo elevados en el agua potable en algunas viviendas y edificios. El plomo puede causar problemas de salud graves, en particular en el caso de mujeres embarazadas y niños pequeños. Lea esta información detenidamente para saber qué puede hacer para reducir el nivel de plomo en el agua potable. Para obtener más información, llame a la ciudad de Tualatin o visite el sitio web **www.tualatinoregon.gov**.



## Efectos del plomo en la salud

El plomo puede causar serios problemas de salud si entra en su organismo en altas cantidades a través del agua potable y de otras fuentes. Puede causar daño cerebral y renal y puede interferir con la producción de glóbulos rojos que llevan oxígeno a todo su cuerpo.

Los científicos han demostrado que los efectos del plomo en el cerebro están relacionados con un bajo coeficiente intelectual en los niños; es por ello, que el mayor riesgo por exposición al plomo lo padecen los bebés, los niños pequeños y las mujeres embarazadas. Bajos niveles de plomo pueden ser perjudiciales también, sobretodo en adultos con problemas

renales e hipertensión más que en adultos saludables. El plomo se almacena en los huesos y puede liberarse posteriormente en la vida de una persona. Durante el embarazo, el niño recibe plomo de los huesos de la madre, lo que puede afectar el desarrollo de su cerebro.

## Fuentes del plomo

El plomo es un metal común que se encuentra en el medio ambiente. Las fuentes usuales de exposición son las pinturas a base de plomo, el polvo, la tierra y los materiales de plomería en el hogar, además de los objetos caseros como juguetes, cosméticos y piezas de cerámica.

Raramente se detecta plomo en las fuentes de agua potable de Tualatin, y no existen líneas de servicio con plomo en el sistema de distribución de agua potable. En la actualidad, las principales fuentes de plomo en el agua del área de Tualatin son las soldaduras de plomo utilizadas para unir tuberías de cobre, y los arreglos y componentes para plomería en latón, inclusive aquellos promocionados como "libres de plomo." En los hogares construidos o equipados con tuberías de cobre antes de 1985, se utilizaron soldaduras de plomo para unir las tuberías. Cuando el agua permanece muchas horas retenida en los sistemas de tubería que contienen plomo, éste se diluye en el agua potable. Por lo que es muy probable que el agua que ha permanecido horas retenida en las tuberías de su casa, bien sea en la mañana o después de regresar del trabajo o la escuela, contenga plomo.



En caso de estar presente, el plomo en el agua potable puede contribuir entre un 10 y un 20 por ciento al nivel de exposición al plomo de una persona. En el caso de los niños que toman mayormente fórmulas infantiles mezcladas con agua potable que contenga plomo, la contribución al nivel de exposición al plomo oscila entre 40 y 60 por ciento. El tratamiento anticorrosivo reduce la corrosión en las tuberías gracias a un aumento en el PH del agua. Nuestro suministro de agua subterránea no requiere este tratamiento. Una comparación de supervisión de resultados del agua, con o sin ajustes del PH, mostró una reducción del 50 por ciento del plomo en la tubería.

Además de reducir la exposición al plomo en el agua potable, la Ciudad de Tualatin apoya programas para reducir los niveles de exposición al plomo en todas las fuentes. En esta área, el polvo de las pinturas en hogares construidos antes de 1978 constituye la mayor y más común fuente de exposición al plomo. Otras fuentes son: agua potable, tierra, objetos de cerámica, remedios caseros tradicionales o cosméticos, juguetes y algunas ocupaciones o hobbies. Para mayor información sobre estos peligros y formas de reducir todas las fuentes de plomo, llame al Plomo del Departamento de Salud del Condado de Multnomah al **503-988-4000** o visite la página: **www.leadline.org**.