

## Pasos sencillos para reducir la exposición al plomo en el agua potable

1. Deje correr el agua para eliminar el plomo. Si el agua no se ha utilizado durante varias horas, deje correr el agua de cada grifo durante 30 segundos a 2 minutos o hasta que se enfríe, antes de beber o cocinar.
2. Use agua fría y fresca para cocinar y preparar la fórmula para bebés. No cocine ni beba agua del grifo de agua caliente; el plomo se disuelve más fácilmente en agua caliente. No use agua del grifo de agua caliente para hacer fórmula para bebés.
3. No hierva agua para eliminar el plomo. El agua hirviendo no reducirá ni eliminará el plomo.
4. Considere la posibilidad de usar un filtro. Compruebe si reduce el plomo, no todos los filtros lo hacen. Asegúrese de mantener y reemplazar un dispositivo de filtro de acuerdo con las instrucciones del fabricante para proteger la calidad del agua. Comuníquese con NSF International, al 800-NSF-8010 o [www.nsf.org](http://www.nsf.org), para obtener información sobre los estándares de rendimiento de los filtros de agua.
5. Pruebe el agua para ver si contiene plomo. Llame a LeadLine al 503-988-4000 para averiguar cómo obtener una prueba gratuita de plomo en el agua.
6. Haga la prueba a su hijo para ver si contiene plomo. Pregúntele a su médico o llame a LeadLine al 503-988-4000 para averiguar cómo hacer que su hijo se haga la prueba para ver si tiene plomo. Una prueba de nivel de plomo en sangre es la única manera de saber si su hijo está siendo expuesto al plomo.
7. Limpie regularmente el aireador del grifo. Las partículas que contienen plomo de soldadura o plomería doméstica pueden quedar atrapadas en el aireador del grifo. La limpieza regular cada pocos meses puede eliminar estas partículas y reducir su exposición al plomo.
8. Considere la posibilidad de comprar accesorios de bajo plomo. A partir de enero de 2014, todos los tubos, accesorios y artefactos deben contener menos del 0,25% de plomo. Al comprar nuevos accesorios, los consumidores deben buscar aquellos con el menor contenido de plomo.

## Pruebe el agua para ver si contiene plomo

La ciudad pone a disposición de sus clientes kits gratuitos de prueba de plomo en agua. Para solicitar su kit de prueba, llame a LeadLine al 503-988-4000 o [www.leadline.org](http://www.leadline.org).

- Pruebas gratuitas de plomo en el agua
- Análisis gratuitos del nivel de plomo en sangre para niños
- Talleres de prevención de intoxicaciones por plomo

Para obtener más información, llámenos al 503-618-2525 o visite nuestro sitio web, [GreshamOregon.gov/Lead-In-Drinking-Water](http://GreshamOregon.gov/Lead-In-Drinking-Water). Para obtener más información sobre cómo reducir la exposición al plomo en su hogar/edificio y los efectos del plomo en la salud, visite el sitio web de la EPA en <http://www.epa.gov/lead> o póngase en contacto con su proveedor de atención médica.

*Para obtener más información sobre su agua potable, llámenos al 503-618-2525, o visítenos en la web en [GreshamOregon.gov/water](http://GreshamOregon.gov/water).*

CIUDAD DE  
**GRESHAM**

1333 N.W. Eastman Parkway  
Gresham, Oregon 97030

CIUDAD DE  
**GRESHAM**  
IR MÁS ALLÁ

VEA ATRÁS PARA MÁS DETALLES  
**INFORMACIÓN  
DE PRUEBA  
GRATUITA**

[GreshamOregon.gov/water](http://GreshamOregon.gov/water)

REVISADO: JUNIO DE 2019



## Información importante sobre el plomo en el agua potable

La ciudad de Gresham encontró niveles elevados de plomo en el agua potable en algunos hogares. Los niveles elevados de plomo pueden causar graves problemas de salud, en especial a las mujeres embarazadas y a los niños pequeños. Lea esta información detenidamente para ver lo que puede hacer para reducir el plomo en su agua potable.

## Efectos del plomo en la salud

El plomo puede causar problemas de salud graves si entra demasiado en el cuerpo por agua potable u otras fuentes. Puede causar daño al cerebro y los riñones, y puede interferir con la producción de glóbulos rojos que transportan oxígeno a todas las partes del cuerpo. El mayor riesgo de exposición al plomo es para los bebés, los niños pequeños y las mujeres embarazadas. Los científicos han relacionado los efectos del plomo en el cerebro con una disminución del coeficiente intelectual en los niños.

Los adultos con problemas renales y presión arterial alta o hipertensión arterial pueden verse más afectados por niveles bajos de plomo que adultos sanos. El plomo se almacena en los huesos, y se puede eliminar más adelante en la vida. Durante el embarazo, el niño recibe plomo de los huesos de la madre, lo que podría afectar el desarrollo cerebral.

## Fuentes de plomo

El plomo es un metal común que se encuentra en todo el entorno. Las fuentes comunes de exposición al plomo provienen de pintura a base de plomo, polvo doméstico, suelo y materiales de plomería. El plomo también se encuentra en otros objetos domésticos, como juguetes, cosméticos y cerámica.

El plomo rara vez se encuentra en las aguas de origen de Gresham, y no hay líneas de servicio basadas en plomo en el sistema de distribución. Hoy en día, las principales fuentes de plomo en el agua en la zona de Gresham son de la plomería en hogares y de otros edificios. Antes se solía usar soldadura de plomo se para unir o soldar las tuberías de cobre, accesorios de plomería de latón y componentes, incluyendo aquellos anunciados como "sin plomo." En casas construidas o plomadas con tuberías de cobre antes de 1985, se puede haber utilizado soldadura de plomo. Cuando el agua permanece en los sistemas de plomería que contienen plomo durante varias horas o más, el plomo puede disolverse en el agua potable. Es más probable que el agua que ha estado estancada en las tuberías del hogar durante varias horas, como por la mañana, o después de regresar del trabajo o de la escuela, contenga plomo.

Si está presente, el plomo en el agua potable puede suponer el 20 por ciento o más de la exposición total de una persona al plomo. Los bebés que consumen principalmente fórmula mixta pueden recibir entre el 40 y el 60 por ciento de su exposición al plomo procedente del agua potable.

En esta zona, el polvo de la pintura en los hogares construidos antes de 1978 es la fuente más común de exposición al plomo. Otras fuentes incluyen agua potable, suelo, cerámica, cosméticos, medicinas populares, juguetes, algunas ocupaciones y pasatiempos.

## Tratamiento y programas de agua

El plomo entra en el agua potable principalmente como resultado de la corrosión, o desgaste, de materiales que contienen plomo en las tuberías domésticas. Nuestra agua se trata para reducir la corrosión en la plomería mediante el aumento del pH del agua. La comparación de los resultados de monitoreo con y sin ajuste de pH muestra una reducción

de más del 50 por ciento en el plomo en el grifo. Además de reducir la exposición al plomo en el agua potable, la ciudad de Gresham apoya programas para reducir la exposición al plomo de todas las fuentes.

Desde que se promulgó la Regla de Plomo y Cobre, la ciencia ha demostrado que no hay niveles seguros de exposición al plomo. Como resultado de ello, se están realizando mejoras en el tratamiento para reducir aún más el plomo en el agua potable en los grifos de los clientes. Estas mejoras programadas entrarán en vigor para abril de 2022.

Para obtener información sobre los peligros del plomo, las formas de reducir su exposición al plomo y cómo hacer la prueba de plomo en su agua, comuníquese con el Departamento de Salud del Condado de Multnomah, LeadLine, en el 503-988-4000 o en [www.leadline.org](http://www.leadline.org).

CIUDAD DE  
**GRESHAM**