



Cuidado Infantil Eco-saludable

El Cuidado Infantil Eco Saludable (Eco-Healthy Child Care) es un programa nacional creado por el Consejo Medioambiental de Oregon para garantizar que los establecimientos de cuidado infantil sean lo más saludables, seguros y ecológicos posible al reducir la exposición de los niños a toxinas.



Mercurio

¿Qué es el mercurio y en dónde se encuentra?

El mercurio es un metal pesado que ocurre naturalmente y que es liberado al medioambiente por la actividad humana. Por ejemplo, las plantas de energía eléctrica de carbón emiten mercurio que luego se asienta en la tierra y en el agua. El mercurio también es liberado al medioambiente por el desecho inadecuado de productos que contienen mercurio tales como pilas (baterías), focos (bombillas) fluorescentes y termómetros de mercurio. Una vez que el mercurio está en el agua, aumenta su concentración según se mueve en la cadena alimenticia, acumulándose en peces de larga vida y en sus consumidores.

Preocupaciones de salud asociadas a la exposición al mercurio

El mercurio es una neurotoxina que puede dañar al cerebro y al sistema nervioso. Los efectos en la función cerebral incluyen temblores, irritabilidad, cambios en la visión o audición y problemas de memoria. Los niños pequeños son más sensibles al mercurio que los adultos. Cuando el mercurio es pasado al feto durante el embarazo, los efectos dañinos pueden incluir ceguera, ataques, daño cerebral e incapacidad para hablar. Los niños pueden desarrollar problemas que afectan sus sistemas nervioso y digestivo y podrían sufrir daño a los riñones.

¿Cómo puedo estar expuesto?

- Comer pescado contaminado con mercurio metílico (por ejemplo, tiburón, atún y pez espada).
- Inhalar vapores de termómetros rotos y de otros productos que contienen mercurio.

¿Cómo puedo reducir mi exposición?

- Limite la ingestión de pescados grandes y de larga vida (por ejemplo, tiburón, atún y pez espada). Las mujeres embarazadas y los niños menores de seis años no deben comer más de dos porciones de 6 onzas a la semana.
- No use termómetros de mercurio; en su lugar use termómetros digitales.
- Recicle las pilas (baterías) usadas, los termómetros de mercurio, los focos (bombillas) fluorescentes (incluyendo los focos fluorescentes compactos) y otros productos que contienen mercurio.
- Apoye alternativas ecológicas para plantas de energía eléctrica de carbón, tales como la energía eólica y solar.

Recursos Sobre el Mercurio en Internet

- Mercurio en el Medioambiente
www.usgs.gov/themes/factsheet/146-00
- Programas de Recolección, Reciclaje e Intercambio Estatales y Locales
www.epa.gov/epaoswer/hazwaste/mercury/collect.htm#Oregon
- Vigilancia de Mariscos del Acuario de Monterey Bay
www.mbayaq.org/cr/SeafoodWatch.asp
- Agencia para el Registro de Sustancias Tóxicas y Enfermedades (Agency for Toxic Substances and Disease Registry—ATSDR)
www.atsdr.cdc.gov/tfacts46.html
- *Productos que contienen mercurio*
www.epa.gov/epaoswer/hazwaste/mercury/con-prod.htm

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Llame al: 503-222-1963 x119
Correo electrónico: hesterd@oeconline.org
Visite: www.ecohealthychildcare.org