

# LA PRÁCTICA DE LA PREVENCIÓN

---

## ***“Hay algo Sospechoso acerca del Mercurio...”***

**¿Por qué hay 19 estados que han puesto avisos sobre el consumo de pescado en todos sus lagos y ríos?**

**¿Por qué existen leyes recién aprobadas en Nueva York, Iowa y California que prohíben el mercurio en ciertos productos para niños?**

Investigaciones considerables muestran que **EL MERCURIO PUEDE HACER DAÑO A LOS CEREBROS Y A LOS SISTEMAS NERVIOSOS DE LOS NIÑOS.**

### ***¿Qué es el mercurio?***

El mercurio es un metal común en la naturaleza (existente en la corteza terrestre) y es un contaminante persistente, bio-acumulativo y tóxico (PBT, por sus siglas en inglés). No puede ser degradado o destruido y, una vez despedido de la profundidad de la tierra, se acumula sobre la tierra, el agua y en los organismos vivos. El mercurio tiene varias formas, combinándose con otros elementos para formar compuestos orgánicos e inorgánicos. El compuesto más común, el mercurio metilado, se produce principalmente por las bacterias que habitan en el agua y en la tierra.

### ***¿Cómo afecta el mercurio los sistemas nerviosos de los niños?***

Los sistemas nerviosos y los cerebros en vías de desarrollo de los fetos y de los niños jóvenes son sumamente sensibles al mercurio en cualquier forma, pero particularmente al mercurio metilado y a los vapores del mercurio.<sup>1</sup> Los niños que son expuestos a dosis relativamente altas de mercurio antes del nacimiento pueden desarrollar retrasos mentales, parálisis cerebral, sordera, ceguera, dificultades para hablar,<sup>2</sup> y/o ataques de apoplejía.<sup>3</sup>

La exposición crónica a una dosis baja antes del nacimiento, debida al consumo de pescado de la madre, puede llevar a que el niño rinda mal en exámenes de comportamiento cerebral, en particular en los exámenes de atención, de función fina-motor, de lenguaje, de capacidades visuales-espaciales como dibujar, y de la memoria verbal.<sup>2</sup> Ya que el cerebro de un niño sigue desarrollándose mucho después del nacimiento, la exposición al mercurio durante la niñez puede afectar también su funcionamiento cerebral.<sup>4</sup>

Las investigaciones indican que hay diferencias en la facilidad relativa que tienen ciertos niños de eliminar o perder el mercurio que existe en sus cuerpos.<sup>5</sup> Estas diferencias son tal vez genéticas. El hecho de no eliminar el mercurio le permite acumularse en los tejidos del cuerpo. Por lo tanto, aunque las exposiciones sean menores durante un período corto, pueden perjudicar la salud de estos niños.<sup>6</sup>

### ***¿Cómo son los niños expuestos al mercurio?***

El mercurio entra al sistema de un niño desde varias fuentes – la más común es la contaminación del mercurio en el aire. “La contaminación del mercurio sale de las chimeneas industriales, de la minería y de otras actividades industriales. Cuando el mercurio ameriza en lagos, ríos o mares, sube hacia arriba en la cadena alimenticia, desde los peces más chicos hasta los más grandes que los chicos pueden llegar a consumir. Cuanto más viejos y más grandes estos peces, más mercurio se acumula en su carne.”<sup>7</sup> Los peces grandes, entre ellos el atún, el tiburón o el pez espada, suelen ser más contaminados debido a que comen cantidades grandes de pescados pequeños.

Cuando los niños comen pescado contaminado con mercurio, sus cerebros se exponen al mercurio – durante la digestión, el mercurio es absorbido rápidamente en la sangre y entra en el cerebro, donde se acumula.<sup>2</sup> A causa del peligro que el mercurio puede representar para los fetos y los niños, se han emitido avisos en gran parte de los

Estados Unidos, que recomienda que las mujeres premenopausicas y los niños eviten comer pescado con niveles altos de mercurio. De hecho, cada estado, menos Alaska y Wyoming, difundió avisos sobre el consumo de pescado en 2003, según la Agencia Federal de la Protección Ambiental de EE.UU. (EPA por sus siglas en inglés).<sup>8</sup>

Hay otras maneras en que el mercurio contamina la tierra y el agua, y entra en la carne de pescado:

- Residuos del material metálico (las amalgamas) que se usa para empastar las caries y que se elimina en el desagüe o con los desechos municipales;
- Las formas incorrectas de eliminar (por ejemplo incinerar, mandar a un vertedero, o en el desagüe) los desechos que contienen mercurio, entre ellos los desechos médicos, las pilas, las bombillas fluorescentes, ciertos interruptores de luz, pintura vieja y termómetros viejos;
- Un vertido accidental de mercurio.

Además de la exposición a través del pescado, los niños pueden ser expuestos al mercurio a través de estas fuentes:

- Las amalgamas dentales que se usan para empastar las caries infantiles – la mayor fuente de exposición de la población general al mercurio inorgánico;<sup>9</sup>
- Las drogas y ciertos productos relacionados, entre ellos las cremas dermatológicas de aplicación médica elaboradas en base a mercurio, los polvos para la dentición infantil, las soluciones para lentillas, los pulverizadores nasales y algunas vacunas;<sup>10</sup>
- La rotura de objetos cotidianos que contienen mercurio, como los termómetros viejos y las bombillas fluorescentes.

### ***¿Qué puede usted hacer para reducir el peligro al cual su niño se enfrenta?***

1.) **Evitar comer los tipos de pescado en los que se ha comprobado una acumulación de mercurio** – tal como el atún, o el pez espada – si usted es una mujer premenopausica - y

evitar dárselo de comer a los niños: visite [www.gotmercury.org](http://www.gotmercury.org) para tener una guía.

2.) **Seguir los avisos sobre el consumo de pescado** a nivel local así como a nivel estatal, expuestos en [www.epa.gov/ostwater/fish](http://www.epa.gov/ostwater/fish).

Conseguir una guía de pescados y mariscos para ayudarlo a hacer elecciones inteligentes en el supermercado y en los restaurantes. Una guía de bolsillo está disponible en el (202) 667-4260 o en [www.mercuryaction.org/fish/images/wallet\\_card.pdf](http://www.mercuryaction.org/fish/images/wallet_card.pdf)

3.) **Preguntar a su dentista** sobre las alternativas a las amalgamas formadas en base a mercurio para empastar sus caries. Las mujeres y los niños con estos empastes respiran cantidades pequeñas de mercurio que hay adentro de los empastes, incluso mucho tiempo después de que el empaste se haya endurecido.<sup>9,11</sup>

4.) **Preguntar a su médico** si algunas de las vacunas que sugiere para su niño pueden contener *thimerosal*, un conservante que contiene mercurio.

5.) **Cambiar su viejo termómetro por uno digital**. Averiguar si su hospital local o su departamento de salud tiene un programa gratuito para cambiarlos, o si conocen tal programa cerca de donde usted vive.

6.) **Deshacerse de los desechos tóxicos**, tal como los termómetros de mercurio, las bombillas fluorescentes gastadas y las pilas alcalinas gastadas, mandándolas a un sitio apropiado. Averiguar si su ciudad o región tiene sitios para la agregación y eliminación de los desechos peligrosos.

7.) **Pedir a las autoridades gubernamentales** que actúen para reducir la cantidad de mercurio que se libera en el medioambiente. Eliminar las fuentes de mercurio es, al fin y al cabo, la única manera de proteger a nuestros niños.

Actualizado Octubre 2004

---

**Por más información u otros artículos para Practicar Prevención, visite el Instituto para la Salud Medioambiental de los Niños, en**

**Internet en [www.iceh.org](http://www.iceh.org) o llame al 360-331-7904.**

---

<sup>1</sup> Physicians For Social Responsibility Mercury Quick Facts, [www.cheforhealth.org/events/PSR\\_Hg1\\_quickC.pdf](http://www.cheforhealth.org/events/PSR_Hg1_quickC.pdf), visto el 28 Septiembre 2004

<sup>2</sup> Commission on Life Sciences,. *Executive Summary of Toxicological Effects of Methylmercury (2000)*. The National Academies Press [books.nap.edu/books/0309071402/html/1.html#pagetop](http://books.nap.edu/books/0309071402/html/1.html#pagetop), visto el 29 Septiembre 2004

<sup>3</sup> Gilbertson M. Male cerebral palsy hospitalization as a potential indicator of neurological effects of methylmercury exposure in Great Lakes communities. *Environmental Research*. 2004 Jul;95(3):375-84.

<sup>4</sup> Harvard School of Public Health. Prenatal Exposure to Mercury From a Maternal Diet High in Seafood Can Irreversibly Impair Certain Brain Functions in Children [www.mercurypolicy.org/new/documents/HarvardRelease020604.pdf](http://www.mercurypolicy.org/new/documents/HarvardRelease020604.pdf), visto el 5 Octubre 2004

<sup>5</sup> Holmes AS, Blaxill MF, Haley BE. Reduced levels of mercury in first baby haircuts of autistic children. *International Journal of Toxicology*. 2003 Jul-Aug;22(4):277-85.

<sup>6</sup> Vaccine Links To Autism? CBS Evening News June 22, 2004, [www.cbsnews.com/stories/2004/06/22/eveningnews/main625458.shtml](http://www.cbsnews.com/stories/2004/06/22/eveningnews/main625458.shtml) visto el 28 Septiembre 2004

<sup>7</sup> Physicians for Social Responsibility, Healthy Fish, Healthy Families, [www.mercuryaction.org/fish/](http://www.mercuryaction.org/fish/), visto el 28 Septiembre 2004

<sup>8</sup> Science & Space, Toxin warnings grow for U.S. fish, CNN.com, August 25, 2004 [www.cnn.com/2004/TECH/science/08/25/bc.fish.pollution.ap/](http://www.cnn.com/2004/TECH/science/08/25/bc.fish.pollution.ap/), visto el 6 Octubre 2004

<sup>9</sup> Khordi-Mood M, Sarraf-Shirazi AR, Balali-Mood M. Urinary mercury excretion following amalgam filling in children. *Journal of Toxicology and Clinical Toxicology*. 2001;39(7):701-5.

<sup>10</sup> Mercury in Drug and Biologic Products, US Food and Drug Administration <http://www.fda.gov/cder/fdama/mercury300.htm>, visto el 28 Septiembre 2004

<sup>11</sup> Counter SA, Buchanan LH. Mercury exposure in children: a review. *Toxicology and Applied Pharmacology*. 2004 Jul 15;198(2):209-30.