

Nitrato en el agua potable de los sistemas públicos de abastecimiento de agua

¿Qué es el nitrato y de dónde viene?

El nitrato es un óxido natural de nitrógeno. El nitrógeno está en el aire y reacciona con el oxígeno y el ozono para producir nitrato. El nitrato es un componente esencial de los seres vivos y es una parte importante del estiércol animal, los residuos de aguas residuales humanas y los fertilizantes comerciales. Los nitratos pueden estar asociados a sistemas sépticos y se han utilizado durante siglos como fertilizantes, en explosivos y como conservantes de alimentos.

¿Cómo puede afectar el nitrato a mi salud?

Los bebés en lactancia alimentados con fórmula mezclada con agua contaminada con nitratos por encima de 10 mg/L corren el riesgo de padecer el síndrome del bebé azul, una enfermedad que provoca una disminución de la capacidad de la sangre para transportar oxígeno.

La leche materna es segura para los bebés incluso si el agua que bebe la madre tiene más de 10 mg/L de nitrato. Las mujeres embarazadas o que puedan quedar embarazadas no deben beber agua con alto contenido en nitratos. Existe evidencia de que beber agua con más de 10 mg/L de nitrato puede aumentar el riesgo de aborto espontáneo y ciertos defectos congénitos.

Existe evidencia de que el consumo prolongado de nitratos por encima de 10 mg/L por parte de niños mayores y adultos puede aumentar el riesgo de problemas de tiroides y cáncer de estómago o vejiga.

¿Cuándo se vuelve un problema de salud la presencia de nitratos en el agua potable?

El nitrato se mide en miligramos por litro (mg/L).* El gobierno federal ha establecido una referencia de agua potable segura (también denominada nivel máximo de contaminantes) para el nitrato de 10 mg/L.

Si su agua tiene niveles de nitratos superiores a 10 mg/l, los usuarios del sistema público de abastecimiento de agua recibirán un aviso público con esta información. **No dé el agua a niños menores de 6 meses ni la utilice para preparar fórmula. Es aconsejable utilizar agua embotellada u otro tipo de agua con bajo contenido en nitratos.** Si está embarazada o tiene problemas de salud específicos, consulte a su médico.

El nitrato se encuentra de forma natural en las aguas superficiales y subterráneas en concentraciones de hasta 1 a 2 mg/L. A estos niveles, el nitrato no se considera peligroso para la salud.

* El nitrato también se mide en partes por millón o ppm. Por ejemplo, 1 mg/L es lo mismo que 1 ppm.

Infórmese sobre los niveles de nitratos en el agua potable de un sistema público de abastecimiento de agua

Los proveedores públicos de agua potable están obligados a controlar la presencia de nitratos y asegurarse de que los niveles se mantienen en o por debajo de 10 mg/l. También están obligados a hacer públicos esos resultados y deben tomar medidas para tratar el agua para que cumpla la norma de agua potable o usar una fuente de agua alternativa. Si su agua procede de un sistema público de abastecimiento de agua, puede encontrar los resultados en el [sitio web Oregon Drinking Water Services Data Online](#). Su proveedor de agua potable también puede estar obligado a proporcionar un Informe de Confianza del Consumidor a sus clientes cada año. Este informe contiene los resultados más recientes de las pruebas de nitratos. Póngase en contacto con su proveedor de agua potable para obtener una copia del informe de confianza del consumidor más reciente.

Uso seguro del agua contaminada con nitratos

¡No hierva el agua!

Hervir el agua contaminada no elimina el nitrato y puede aumentar los niveles de nitrato.

¿Puedo lavar mis alimentos con agua contaminada por nitratos?

Sí. La cantidad de agua que queda en los alimentos después de lavarlos no es suficiente para poner en peligro la salud de las personas que los consumen.

¿Puedo usar el agua contaminada por nitratos para regar?

Sí.

¿Puede mi familia bañarse y ducharse con agua contaminada por nitratos?

Sí. El nitrato no penetra fácilmente en el cuerpo a través de la piel. Bañarse, nadar y ducharse con agua que tenga niveles de nitrato superiores a 10 mg/L es seguro siempre que evite tragar el agua. Supervise a los niños menores de seis meses cuando se bañen y se cepillen los dientes para asegurarse de que no traguen agua.

¿Puedo lavar platos, cubiertos y limpiar las zonas de preparación de alimentos?

Sí. Sólo una cantidad muy pequeña de agua se adhiere a las superficies lisas, como la de los platos. El agua con más de 10 mg/L de nitrato puede utilizarse con seguridad para lavar e higienizar platos, mesas y cubiertos para comer.

¿Puedo utilizar agua contaminada con nitratos para la limpieza general y lavar la ropa?

Sí. Queda muy poca agua en las superficies lavadas y en las telas lavadas. Dado que estos artículos no se introducen en la boca, el agua con nitrato por encima de 10 mg/L puede utilizarse con seguridad para la limpieza general y lavar la ropa, ropa de cama y sábanas.

¿Y mis mascotas?

El nitrato afecta a los animales pequeños y jóvenes igual que a los bebés humanos. Los animales domésticos no deben beber agua con más de 10 mg/L de nitrato. Para el ganado, consulte a su veterinario.

Para los dueños de pozos domésticos

Los propietarios de pozos domésticos (privados) son generalmente responsables de analizar y tratar su agua potable. Visite <http://www.healthoregon.org/wells>, envíe un correo electrónico a Domestic.Wells@ODHSOHA.Oregon.Gov o llame al 971-673-0440 para ponerse en contacto con el Programa de Seguridad de Pozos Domésticos de la OHA y obtener más información.



Nota: Los usuarios de pozos privados del Área de Gestión de Aguas Subterráneas de la Cuenca Baja de Umatilla (partes de los condados de Morrow y Umatilla) pueden encontrar información sobre pruebas de agua de pozo gratis en testmywell.oregon.gov o pruebadepozo.oregon.gov.



PUBLIC HEALTH DIVISION
Environmental Public Health
Drinking Water Services

800 NE Oregon Street, Suite #640
Portland, OR 97232-2162
(971) 673-0405

<http://healthoregon.org/dwp>

info.drinkingwater@odhsoha.oregon.gov

Puede obtener gratis este documento en otros idiomas, en letra grande, en braille o en el formato que prefiera. Póngase en contacto con los Servicios de Agua Potable de Oregón al 971-673-0405 o envíe un email a info.drinkingwater@odhsoha.oregon.gov. Aceptamos todas las llamadas de retransmisión.