

El arsénico (inorgánico)

¿Por qué se me advierte sobre una exposición potencial al arsénico inorgánico?



- El arsénico (compuestos inorgánicos de arsénico) está en la lista de la [Propuesta 65](#) porque puede causar cáncer. La exposición a los compuestos inorgánicos de arsénico puede causar cáncer de pulmón, vejiga y piel. Esta exposición podría también causar cáncer de hígado, próstata y riñón.
- El arsénico (óxidos inorgánicos) está en la lista de la Propuesta 65 porque puede causar defectos de nacimiento u otros daños reproductivos. La exposición a los óxidos de arsénico inorgánicos durante el embarazo podría afectar el desarrollo del niño.
- La Propuesta 65 requiere que las empresas determinen si deben proporcionar una advertencia sobre exposiciones a las sustancias químicas en [esta lista](#).

¿Qué es el arsénico?

- El arsénico es un elemento químico natural en la corteza terrestre que se puede encontrar en diferentes formas. El arsénico inorgánico es más dañino que la forma orgánica de arsénico.
- Los compuestos de arsénico fueron utilizados extensivamente como pesticidas y preservantes de madera, pero por lo general, estos usos han sido gradualmente retirados.

¿Dónde se encuentra el arsénico inorgánico?

- A veces en el agua potable. California limita la cantidad de arsénico permitida en el agua potable suministrada públicamente.
- En algunos cultivos, incluyendo el [arroz](#) cultivado en suelos con niveles elevados de arsénico, el cual puede absorber arsénico.
- En algunos crustáceos y algas (especialmente el alga hijiki, un alga corta, negra y parecida a un fideo), que pueden obtener arsénico del agua contaminada.
- En algunas hierbas medicinales y otros remedios tradicionales, especialmente de China e India.
- En el [humo de tabaco](#).
- En algunas maderas tratadas con preservantes y usadas en algunas estructuras exteriores antiguas de madera, terrazas, y mobiliario exterior (en los Estados Unidos, este uso del arsénico fue descontinuado en el 2004). Es posible que en California el arsénico inorgánico siga siendo utilizado como preservante de madera para otros fines.

Principales maneras en las que usted puede estar expuesto al arsénico inorgánico:



- Durante el embarazo, el arsénico puede pasar de la madre al bebé.

¿Cómo puedo reducir mi exposición al arsénico inorgánico?

- ⊗ No queme madera que ha sido tratada con preservantes que contienen arsénico y no la use para proyectos en casa.
- ⊗ No fume. Evite fumar tabaco en presencia de los niños, y no permita que los niños pasen tiempo en lugares donde hay humo.
- ✓ Asegúrese que los niños se laven las manos después de jugar en o alrededor de estructuras o terrazas de madera que han sido tratadas con preservantes que contienen arsénico. Si usted es dueño de tal estructura o terraza, aplique un sellante o una capa protectora cada uno o dos años.
- ✓ Limite el contacto con el suelo si vive en un área con un alto nivel de arsénico en el suelo. Lávese las manos después del contacto con este suelo.
- ✓ Si usa agua de pozo, pida un análisis para verificar si hay contaminación de arsénico. Si su agua proviene de un proveedor público, ésta es analizada regularmente para detectar la presencia de arsénico. Si usted tiene alguna inquietud al respecto, puede consultar al proveedor de su agua sobre los niveles de arsénico.
- ✓ Amamante a su bebé, de ser posible. Si usted utiliza fórmula infantil:
 - ▶ Tenga en cuenta que, en algunas áreas, el agua del grifo puede ser una fuente de exposición elevada al arsénico, particularmente si viene de pozos privados no regulados.
 - ▶ Asegúrese de que [el arroz no sea el único ingrediente cereal](#) en la fórmula infantil de su bebé.
- ✓ Varíe la dieta de su niño. El arroz tiende a absorber el arsénico más que otros cereales.
- ✓ Puesto que el arroz puede contener arsénico, considere esta manera de cocinarlo:
 - ▶ Primero, hierva cuatro tazas de agua por cada taza de arroz crudo. Añada el arroz, hiérvalo por cinco minutos y después tire el agua.
 - ▶ Enseguida, añada dos tazas de agua sin sal por cada taza de arroz crudo, y cocine el arroz con la tapa puesta hasta que se absorba toda el agua.

Para más información:**Hojas de datos y recursos generales en español**

- US Department of Health and Human Services (HHS)
(Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos)
Agency for Toxic Substances and Disease Registry (ATSDR)
(Agencia para Sustancias Tóxicas y el Registro de Enfermedades)
 - ▶ ToxFAQs™ — Arsénico (Arsenic)
https://www.atsdr.cdc.gov/es/toxfaqs/es_tfacts2.html
 - ▶ La toxicidad del arsénico
https://www.atsdr.cdc.gov/es/csem/arsenic/en_donde_se_encuentra.html
- US Food and Drug Administration (FDA)
(Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos)
 - ▶ Para los consumidores: Siete cosas que las mujeres embarazadas y los padres necesitan saber sobre el arsénico en el arroz y en el cereal de arroz
<https://www.fda.gov/consumers/articulos-para-el-consumidor-en-espanol/para-los-consumidores-siete-cosas-que-las-mujeres-embarazadas-y-los-padres-necesitan-saber-sobre-el>
- Biomonitoring California (Biomonitoreo de California)
 - ▶ Arsénico
<https://biomonitoring.ca.gov/es/es/chemicals/ars-nico>
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
 - ▶ Arsénico
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/arsenic>

Hojas de datos y recursos generales en inglés

- California Environmental Protection Agency (CalEPA)
Department of Toxic Substances Control (DTSC)
 - ▶ Treated Wood Waste (TWW)
<https://dtsc.ca.gov/toxics-in-products/treated-wood-waste/>
- US Food and Drug Administration (FDA)
 - ▶ FDA Makes Available Results from Testing of Infant Rice Cereal for Inorganic Arsenic
<https://www.fda.gov/media/86074/download>
- American Cancer Society
 - ▶ Arsenic and Cancer Risk
<https://www.cancer.org/healthy/cancer-causes/chemicals/arsenic.html>

Información científica en inglés

- California Environmental Protection Agency (CalEPA)
Office of Environmental Health Hazard Assessment (OEHHA)
 - ▶ Evidence on Developmental and Reproductive Toxicity of Inorganic Arsenic
<http://oehha.ca.gov/media/downloads/proposition-65/chemicals/hid.pdf>
 - ▶ Public Health Goal for Arsenic in Drinking Water
<https://oehha.ca.gov/water/public-health-goal/public-health-goal-arsenic-drinking-water>

La Propuesta 65

- California Environmental Protection Agency (CalEPA)
Office of Environmental Health Hazard Assessment (OEHHA)
 - ▶ Proposition 65: Background
<https://www.p65warnings.ca.gov/faq>
 - ▶ Proposition 65: The List of Chemicals
<https://www.p65warnings.ca.gov/chemicals>
 - ▶ Proposition 65: Fact Sheets
<https://www.p65warnings.ca.gov/fact-sheets>