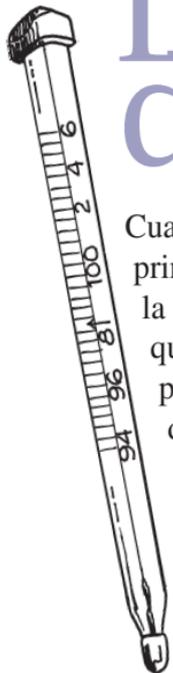


# Los termómetros de mercurio y la salud de su familia



# Los termómetros de mercurio



Cuando alguien en la familia se siente enfermo, lo primero que hacemos es buscar el termómetro y medirle la temperatura. Pero irónicamente el tipo de termómetro que se tiene en casa y se usa para medir la temperatura puede ser un riesgo para su salud, la de su familia y la de su comunidad.

Todos los que ahora son padres crecieron teniendo un termómetro de mercurio en su casa. Los termómetros de mercurio son fáciles de reconocer, están hechos

de vidrio en forma de una varilla pequeña y en uno de los extremos tienen un líquido de color plateado. Ese líquido plateado es mercurio. Mientras que el mercurio es útil en la construcción de aparatos para hacer mediciones como los termómetros, es además una sustancia muy tóxica para los humanos y la vida silvestre. El mercurio afecta el cerebro humano, la médula espinal, los riñones y el



hígado. También afecta el sentido del gusto, la vista, la habilidad de sentir y de movimiento.

Puede causar sensaciones de punzadas en los dedos de las manos y los pies, sensación de adormecimiento alrededor de la boca y visión de túnel. Estar expuesto al mercurio por largo tiempo, puede causar que los síntomas empeoren progresivamente y terminen en cambios de la personalidad, atontamiento y coma. Ciertas poblaciones de animales silvestres, especialmente los loons (una clase de pájaros que comen peces) están presentando los efectos del envenenamiento con mercurio.

Actualmente debido a la contaminación por mercurio en ríos, arroyos y lagos en algunas regiones se advierte sobre comer ciertas especies de peces por su alto contenido de mercurio en su carne.

En las mujeres embarazadas, el mercurio puede pasar a través de la placenta, pudiendo afectar el desarrollo normal del feto, haciendo que el cerebro y el sistema nervioso no se desarrollen normalmente. Los niños afectados por el mercurio muestran disminución de la inteligencia, dificultad para oír y una coordinación muscular inadecuada. Los niños afectados por el mercurio toman más tiempo en desarrollar sus habilidades verbales y motrices. Debido a la vulnerabilidad del feto, se ha recomendado que las mujeres embarazadas o las que planean estarlo no coman pescado contaminado con mercurio. Debido al potencial dañino del mercurio, la Academia Americana de Pediatría ha pedido que se dejen de usar todos los termómetros que contengan mercurio.



# Un termómetro de mercurio roto es una seria amenaza para la salud

Muchas familias han tenido en sus gabinetes de medicinas termómetros de mercurio sin romperse por muchos años. Sin embargo las autoridades de salud manifiestan en sus reportes que constantemente reciben llamadas de padres que accidentalmente rompen los termómetros de mercurio. Que su termómetro no se haya roto, no significa que nunca se romperá. Frecuentemente, algunos padres no limpian el mercurio derramado; puede suceder que no saben que el termómetro se ha roto o que el mercurio se ha derramado

dentro de una hendidura en el piso o metido dentro de la alfombra. Si el mercurio de un termómetro se derrama y no se limpia, éste se evaporará y podría alcanzar niveles de contaminación peligrosos dentro de una habitación con poca ventilación. El mayor riesgo de ser expuesto al mercurio se puede presentar en una habitación pequeña y con poca ventilación. Por más pequeña que sea la cantidad de mercurio debe de tratarse como un asunto muy serio.

En la mayoría de los casos, romper un termómetro de mercurio para medir la fiebre no significa una amenaza para su salud, si se toman las debidas precauciones. Pero bajo ciertas



condiciones el termómetro de mercurio puede causar daño a su salud y a la de su familia. Los recientes casos de envenenamiento con mercurio son de pequeños niños expuestos al mercurio derramado en las alfombras, proveniente de termómetros para medir la fiebre. Entre los síntomas de envenenamiento con mercurio se incluyen: la apatía, irritabilidad, hipertensión, pérdida de peso, sensibilidad a la luz y eczema. Algunos de los niños envenenados con mercurio requieren muchos meses de tratamiento antes de que puedan mejorarse.

Por más pequeña que sea la cantidad de mercurio debe de tratarse como un asunto muy serio.

# alternativas **Accesibles**



Actualmente las farmacias tienen disponibles una gran variedad de termómetros sin mercurio. Las alternativas comparables en costo a los termómetros de mercurio para medir la fiebre son los termómetros digitales, lámina de galio o los de alcohol en varillas de vidrio. Estos se pueden usar oralmente, rectalmente o en las axilas (debajo del brazo). Entre otras alternativas se incluyen termómetros que se aplican en la frente, que son fáciles y rápidos de usar, aunque las lecturas no son muy exactas. De acuerdo con las recomendaciones de la Asociación Médica Americana, al momento de comprar un termómetro, se debe elegir aquel que sea fácil de usar y leer.

En el verano de 1998, la Asociación Americana de Hospitales firmó un acuerdo con la Agencia de Protección al Medio Ambiente de los Estados Unidos en el que virtualmente se compromete a eliminar el mercurio de la basura que producen los hospitales. Para cumplir con este acuerdo, muchos hospitales están tomando las medidas adecuadas para eliminar los termómetros de mercurio y otros equipos que también contienen mercurio.

Eliminando el uso de mercurio en su casa usted estará dando un ejemplo a los hospitales en su comunidad. Si usted ve que su centro de salud todavía usa termómetros de mercurio u otros equipos que contienen mercurio tales como medidores de presión, deles una copia de este folleto y dígales que busquen otras alternativas. Hable con su farmacéutico y sugiérale que no venda equipos que contengan mercurio. Ayude a distribuir este folleto en los centros de cuidado para niños, Asociaciones de Maestros y Padres de las escuelas y otras organizaciones relacionadas con la salud de los niños.



# Deshaciéndose



## de su termómetro de mercurio sin contaminar su comunidad

Después de haber comprado un termómetro sin mercurio, es muy importante deshacerse del termómetro de mercurio de una manera segura. No ponga el termómetro de mercurio en la basura. La basura es quemada o llevada a los botaderos públicos.

En ambos casos, el mercurio contaminará el medio ambiente ya sea contaminando el aire o los ríos. Este mercurio en el medio ambiente afectará muchos seres vivos incluyendo a los humanos.

Lleve su termómetro de mercurio a un lugar donde se reciban materiales peligrosos proveniente de las casas. Muchos estados o dependencias locales operan plantas para tratar residuo peligroso, ya sea permanentemente o por temporadas. Generalmente el servicio es gratis.

*Para obtener más información sobre la recolección de materiales peligrosos en el área donde usted vive, llame al servicio de recolección de residuos especiales o peligrosos. Usted puede encontrar los números telefónicos en las páginas azules de su guía telefónica.*

Nunca tire el termómetro de mercurio a la basura.

**Si usted rompe  
su termómetro  
de mercurio,  
es muy importante  
que el mercurio  
se limpie  
adecuadamente**

**Inmediatamente** después de haberse derramado el mercurio, mantenga a todas las personas y animales fuera del área del derrame. Para evitar que el mercurio se evapore, apague la calefacción y encienda el aire acondicionado. Abra las ventanas para que se ventile el área y mantenga, si es posible, el área ventilada por lo menos dos días.

**Nunca use una aspiradora** para limpiar el mercurio derramado, no sólo contaminará su aspiradora sino que además el calor de la aspiradora hará que el mercurio se evapore y se esparza en toda la habitación. Tampoco use la escoba porque lo que ésta hará es dividir el mercurio en gotas muy pequeñas que se esparcirán por toda la habitación.

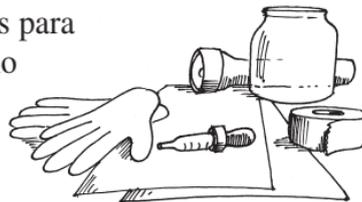
*Continúa en la próxima página*

## Organice los materiales necesarios

antes de empezar a limpiar. Para comenzar a limpiar, asegúrese de tener lo siguiente: guantes, un gotero, dos piezas planas y rígidas que pueden ser de cartón o papel, dos bolsas plásticas, un recipiente o caja grande, cinta adhesiva, una linterna de baterías y un recipiente de boca ancha.

Recuerde que todos los materiales que se usen para limpiar se contaminarán y deben desecharse junto con el mercurio.

No toque el mercurio. Quítese el reloj y cualquier tipo de joyas que tenga en las manos, porque el mercurio se mezclará con el metal. Póngase los guantes, de preferencia guantes de goma, para minimizar el contacto con el mercurio. Use la linterna de baterías para localizar las gotas de mercurio. El mercurio reflejará la luz lo que hará más fácil poder ubicarlo.



**Limpiar el derrame.** Superficies de diferentes tipos requieren diferentes maneras de limpiarse.

**Sobre una superficie dura** o sobre superficie de tela o alfombra de tejido firme, use un papel rígido y empuje las bolitas de mercurio para juntarlas en una sola bolita grande. Use el gotero para succionar las bolitas de mercurio o recoja todas las bolitas en un recipiente. Levante las bolitas que queden con el papel rígido y después ponga todas las bolitas dentro del recipiente de boca ancha. Cuidadosamente recoja cualquier residuo de mercurio con la cinta adhesiva y colóquelo en el recipiente de boca ancha junto con el gotero, el papel rígido y los guantes. Cierre el recipiente, márkelo con

letras grandes Basura con Mercurio, ponga todo en una segunda bolsa de plástico y nuevamente márquela con letras grandes Basura con Mercurio, al servicio pertinente para que se deseche apropiadamente.

Sobre una alfombra, la parte de la alfombra contaminada con mercurio debe cortarse, la parte de la alfombra que se cortó debe colocarse en una bolsa junto con los utensilios utilizados para limpiar el mercurio, después la bolsa debe marcarse con letras grandes Basura con Mercurio, y llame al servicio pertinente para que se deseche apropiadamente.

**En un lavatorio de agua**, el mercurio se asentará en el fondo del lavatorio. Saque la mayor cantidad de agua posible teniendo cuidado de no remover el mercurio, y recoja el mercurio

con el gotero. Ponga todo en el recipiente de boca ancha ciérrelo y séllelo con la cinta adhesiva. Marque el recipiente con letras grandes Basura con Mercurio, y llame al servicio pertinente para que se deseche apropiadamente.

**En el desagüe**, el mercurio puede quedar atrapado en el desagüe del lavatorio. Trabajando sobre un recipiente grande, saque el tubo en forma de “S” debajo del lavatorio y ponga todo el contenido de éste en el recipiente de boca ancha. Marque el recipiente con letras grandes Basura con Mercurio, y asegúrese que se deseche apropiadamente.

Se debe tener mucho cuidado de no tocar el mercurio

## Cuidado de la Salud Sin Daño

Cuidado de la Salud Sin Daño, está produciendo y distribuyendo estos folletos en una campaña para que los proveedores de servicios de salud tomen conciencia del cuidado del medio ambiente. Cuidado de la Salud Sin Daño es una campaña internacional con más de 330 organizaciones participantes y enfoca la transformación de la industria de los servicios de salud, para que ésta no sea una amenaza para el medio ambiente haciendo que se eliminen las fuentes que producen contaminación al medio ambiente. Esta campaña ésta trabajando conjuntamente con hospitales y otras instituciones de salud para eliminar el uso de mercurio y otros productos tóxicos que son usados en algunos instrumentos o productos médicos.

### Health Care Without Harm

1755 S Street NW, Unit 6B

Washington DC, 20009

Tel: 202-234-0091 Fax: 202-234-9121

[www.noharm.org](http://www.noharm.org)

