



# Recetas para la PREVENCIÓN

Los consejos de Western States  
Pediatric Environmental Health Specialty Unit



## El agua



### ¿Sabía usted?

A veces el agua potable puede estar contaminada con muchas sustancias químicas tóxicas, entre ellas el radón, el plomo, los nitratos, la gasolina, los pesticidas y las PFAS (sustancias químicas perfluoralquiladas o polifluoralquiladas). Las proliferaciones de algas dañinas y bacterias u otros contaminantes también pueden hacer que el agua sea peligrosa. Si su familia bebe agua de un pozo privado, es importante tomar precauciones adicionales.

### Haga esto

- ✓ **Busque información** de los CDC sobre el agua potable aquí: [Preguntas frecuentes sobre el agua potable](#).
- ✓ **Lea el informe** sobre [el agua potable en su área](#).
- ✓ **Encuentre un laboratorio confiable** para pedir un análisis de su agua potable aquí: [página web de la EPA](#).
- ✓ **Si se encuentran sustancias químicas o tóxicas** en su agua, **considere usar un sistema de tratamiento de agua para el hogar o un filtro**.
- ✓ **Si usted usa agua de un pozo privado:**
  - ✓ **Asegúrese de hacer una prueba** del agua del pozo;
  - ✓ **Lea las recomendaciones** sobre pruebas y tratamiento del agua para propietarios de pozos privados;
  - ✓ **Las inundaciones y la cercanía a campos de agricultura o ganado pueden contaminar el agua de pozo**. Tome precauciones adicionales en estos casos.

### No haga esto

- ✗ **No beba el agua si no ha sido tratada o filtrada.**
- ✗ **No nade en cuerpos de agua** que contengan **proliferaciones de algas activas**:
  - **Consulte** los [recursos estatales aquí](#).
- ✗ **No guarde el agua** en, ni la tome de botellas de plástico, especialmente las que lleven los códigos de reciclaje 3, 6 o 7.
  - En su lugar, **elija botellas de vidrio** o de metal no revestido.
  - Si es necesario comprar agua en envases de plástico, **deseche la botella después del primer uso** y no la reúse.
- ✗ **No hierva el agua para esterilizarla** a menos que exista una orden de hervir agua en su área. Hervir el agua no sirve para eliminar las sustancias químicas como el plomo y otras sustancias químicas tóxicas.



Para más información, escanee el código o visite:  
<https://wspehsu.ucsf.edu/projects/prescriptions-for-prevention-exposure-sources/>