



# Lo que debe saber del mercurio o el "azogue"

## ¿Qué es el mercurio?

El mercurio o el "azogue" es un líquido sin olor que es brillante con un color plata y blanco, que ocurre naturalmente en el ambiente. Pesa más que el agua y es el único metal en la tierra que es un líquido en la temperatura ambiente. El mercurio metálico, que es la pura forma de mercurio, fue utilizado en termómetros orales, termostatos para el hogar, focos fluorescentes, para prender la luz y para otros propósitos. También es utilizado en algunas prácticas religiosas y culturales.

## ¿Qué le sucede al mercurio cuando entra al medio ambiente?

El mercurio en varias formas entra al aire, el agua y en el suelo por medio de fuentes naturales y por la actividades humana. El mercurio metálico y los compuestos inorgánicos del mercurio entran al aire por medias las minas o depósitos, quemando carbón y residuos y de sitios industriales.

El mercurio entra al agua o el suelo por depósitos naturales, eliminando residuos, los procesos de fábricas y la actividad volcánica. En ríos, en lagos, en bahías y en las aguas del océano, el mercurio se asienta en el sedimento donde puede permanecer por muchos años. Los organismos pequeños pueden cambiar a una forma orgánica llamado metilmercurio. Luego plantas y animales pequeños comen el metilmercurio en el sedimento. El pez más grande se come el pez más pequeño y las plantas y la concentración de metilmercurio aumenta en la cadena alimenticia.

## ¿Cómo puedo ser expuesto al mercurio?

Porque mercurio ocurre naturalmente en el ambiente, todos somos expuestos a niveles bien bajos de mercurio en el aire, en el agua y en los alimentos.



Sin embargo, algunas personas pueden ser expuestas a niveles más altos de mercurio por medio de:

- Inhalando vapores en el aire por un derrame, de los incineradores de basura y de las industrias que queman combustibles conteniendo mercurio
- Comiendo pescado o marisco contaminado con metilmercurio
- El escape de mercurio por tratamiento médico
- Inhalando aire contaminado en el trabajo o contacto con la piel durante el uso en el trabajo (servicios de salud, químicos u otras industrias que usan el mercurio)
- La práctica de ritos que incluye el mercurio

## ¿Cómo puede el mercurio afectar mi salud?

El sistema nervioso es muy sensible a los efectos del mercurio. Los efectos en variedad pueden ocurrir como cambios de personalidad (la irritabilidad, la nerviosidad), tembloroso, cambios en la visión o la audición y dificultad con la memoria. El mercurio y metilmercurio son los más probables de causar efectos en el sistema nervioso que el mercurio inorgánico. Los riñones también son muy sensibles al mercurio, todas las formas de mercurio pueden afectar los riñones.

También los efectos explicados arriba, exposición aguda a niveles altos de mercurio en vapor puede causar la náusea, el vomito, la diarrea, dolor abdominal, la anorexia, la alta presión o el ritmo del corazón sube, e irritación en la piel.

Las primeras señas de tóxico crónico por vapores de mercurio es la disfunción del sistema nervioso central, la irritabilidad aumenta, la pérdida de memoria, la confianza disminuye, el insomnio, la anorexia y temblor leve. El temblor, la ataxia (la pérdida de coordinación de los músculos), y la pérdida de coordinación han sido reportados en trabajadores crónicamente expuestos al vapor de mercurio y en niños expuestos al vapor de

mercurio en el hogar. Inhalando el vapor de mercurio puede causar inflamación, sangrar y las encías irritadas. No hay información que muestre que el mercurio causa cáncer en humanos o en animales.

### **¿Cómo puede el mercurio afectar a los niños?**

El mercurio es más dañino para el desarrollo cerebral en fetos y en niños. El mercurio puede intervenir con la posición de las neuronas del cerebro cuando se está desarrollando y resultando el desarrollo anormal cerebral. La exposición prenatal al mercurio puede afectar la manera en como los niños piensan, como aprenden y resuelven problemas.

### **¿Cómo pueden las familias reducir el riesgo de exposición al mercurio?**

- Reemplace cualquier termómetro de mercurio en su hogar con termómetros digitales o termómetros conteniendo alcohol (red bulb).
- Reemplace termostatos viejos que contienen mercurio con termostatos electrónicos.
- Evite de consumir pescado que contiene típicamente los niveles altos de mercurio.
- Nunca limpie con una aspiradora el mercurio de un termómetro roto o focos fluorescentes.
- Evite ritos religiosos donde se usa el mercurio.
- Evite los colgantes que contienen mercurio.
- Lavarse las manos antes de sentarse a comer.

### **¿Hay algún examen médico que demuestre si he estado expuesto al mercurio?**

Hay maneras disponibles para medir los niveles de mercurio en la sangre, en la orina y en el pelo fácilmente. Las muestras de sangre y de orina son el método más seguros y exacto para determinar si alguien ha sido expuesto al mercurio. Estas pruebas pueden ser hechas en la oficina de un médico que utiliza un equipo especial en el laboratorio. Estas pruebas pueden determinar si fue expuesto a niveles por encima del promedio de mercurio. Sin embargo, las pruebas no determinan la forma de mercurio a que usted fue expuesto o pronosticar cómo los niveles de mercurio en su cuerpo afectarán su salud.

#### **Para obtener información adicional comuníquese a:**

Texas Department of State Health Services  
Health Assessment & Toxicology Group  
1100 West 49th Street, MC 1964  
Austin, Texas 78756  
1-800-588-1248

