



## Advertencia sobre el PFOS y el consumo de pescado en invierno de 2022 para los Lagos Washington, Sammamish y Meridian

### Preguntas y respuestas

5 de diciembre de 2022

El Departamento de Salud del Estado de Washington (DOH, por su sigla en inglés) desarrolló esta hoja de datos para responder a sus preguntas sobre salud con respecto a la nueva advertencia sobre PFOS (por su sigla en inglés, ácido perfluorooctanesulfónico) y el consumo de pescado para los lagos Washington, Sammamish y Meridian.

### ¿Cuáles son las recomendaciones del DOH sobre el consumo de pescado de estos lagos?

Siga comiendo pescado; es bueno para usted y tiene importantes beneficios para la salud. Siga las pautas a continuación para consumir de forma segura los pescados obtenidos de los lagos Washington, Sammamish y Meridian.

- Lago Washington
  - **Carpa común (Common Carp):** no comer
  - **Trucha degollada (Cutthroat Trout):** no comer
  - **Lobina negra (Largemouth Bass):** no comer
  - **Lucio del norte (Northern Pikeminnow):** no comer
  - **Lobina de boca chica (Smallmouth Bass):** no comer
  - **Perca amarilla (Yellow Perch):** hasta 1 comida por mes
  - **Pez gato/pez cabeza de toro (Brown Bullhead/Bullhead Catfish):** hasta 4 comidas por mes
  - **Perca sol (Pumpkinseed):** opción saludable
  - **Salmón rojo (Sockeye Salmon):** opción saludable
  - **Trucha arcoíris (Rainbow Trout):** opción saludable
  
- Lago Sammamish
  - **Lobina negra (Largemouth Bass):** no comer
  - **Lucio del norte (Northern Pikeminnow):** no comer
  - **Perca amarilla (Yellow Perch):** hasta 1 comida por mes
  - **Lobina de boca chica (Smallmouth Bass):** hasta 2 comidas por mes
  - **Pez gato/pez cabeza de toro (Brown Bullhead/Bullhead Catfish):** opción saludable

- Lago Meridian
  - **Lucio del norte (Northern Pikeminnow):** no comer
  - **Lobina de boca chica (Smallmouth Bass):** no comer
  - **Lobina negra (Largemouth Bass):** hasta 1 comida por mes
  - **Perca amarilla (Yellow Perch):** hasta 1 comida por mes
  - **Trucha *kokanee* (plateada) (Silver Trout):** hasta 2 comidas por mes
  - **Pez gato/pez cabeza de toro (Brown Bullhead/Bullhead Catfish):** opción saludable

## ¿Qué es el PFOS?

El ácido perfluorooctanesulfónico (PFOS) es una sustancia química creada por el hombre que se usó en muchos productos antiadherentes, impermeables y resistentes a las manchas en EE. UU. desde finales de la década de 1940 hasta 2002. En el estado de Washington, también se usó en la espuma para apagar incendios.

El PFOS es parte de una familia de productos químicos llamados sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas (PFAS, por su sigla en inglés), a veces denominadas “sustancias químicas inmortales” en las noticias. El PFOS demora mucho tiempo en descomponerse, es decir que permanece en el medioambiente durante un tiempo muy prolongado. Debido a esto, se han detectado el PFOS y otras sustancias químicas PFAS en ampliamente en el suelo, el aire y el agua. Las sustancias PFAS como el PFOS también pueden acumularse en los animales, los peces y las personas que se exponen a ellas.

Si bien la fabricación de PFOS se eliminó gradualmente en los Estados Unidos, productos que lo contienen siguen importándose de otros países.

## ¿Por qué el PFOS es una preocupación para la salud?

Hay sólidas pruebas de estudios de animales y cada vez más pruebas de estudios de seres humanos que indican que las sustancias químicas de la familia de las PFAS, como el PFOS, pueden dañar la salud humana. En el caso de las personas, sabemos que tener niveles más altos de PFOS en el cuerpo puede producir lo siguiente:

- Interferir con el sistema inmunitario y reducir la efectividad de algunas vacunas.
- Aumentar su riesgo de lo siguiente:
  - cáncer de riñón;
  - un peso al nacer más bajo de los bebés;
  - colesterol alto.

Los estudios nuevos en seres humanos muestran que las PFAS también pueden aumentar su riesgo de otros tipos de cáncer (como el testicular), enfermedad de la tiroides, alta presión arterial durante el embarazo y otros problemas reproductivos.

La mejor manera de protegerse y proteger a su familia es reducir la exposición. Esto incluye tener cuidado con la cantidad de veces que come ciertos tipos de pescado de los lagos Washington, Sammamish y Meridian.

### **¿Quiénes están en mayor riesgo de sufrir impactos en la salud a causa del PFOS?**

Su riesgo de presentar problemas de salud depende de la cantidad, la frecuencia y la duración de la exposición. La edad, el estilo de vida y la salud general pueden afectar la forma en que su cuerpo responde a la exposición al PFOS. Los grupos sensibles, como las personas embarazadas o que podrían estarlo, las que están amamantando y los bebés amamantados son quienes más riesgo corren de sufrir impactos a largo plazo en la salud a causa de la exposición al PFOS.

### **¿Por qué se emitió una nueva advertencia sobre el pescado para los lagos Washington, Sammamish y Meridian?**

En todo el país, está aumentando la preocupación sobre los pescados contaminados con PFAS. Debido a esto, el Departamento de Ecología del Estado de Washington recolectó peces de agua dulce de los lagos Washington, Sammamish y Meridian para hacerle pruebas de detección de 15 tipos de PFAS a su tejido.

Observamos los datos del Departamento de Ecología e identificamos el PFOS como uno de los principales tipos de PFAS en los pescados de dichos lagos. Algunas especies de peces tenían niveles de contaminación lo suficientemente altos para afectar la salud si se consumen con frecuencia. Debido a esto, emitimos una advertencia con pautas de consumo seguro actualizadas.

### **¿Cómo llegó el PFOS a los lagos Washington, Sammamish y Meridian?**

EL PFOS ingresa en los peces cuando comen alimentos, tragan agua o viven en aguas que están contaminados con esa sustancia durante mucho tiempo. Cuando los peces viven en aguas contaminadas con PFOS, esta sustancia entra en su cuerpo cuando el agua les atraviesa las branquias.

### **¿Por qué solo se ven afectadas algunas especies de pescado?**

Todavía estamos aprendiendo cómo el PFOS se acumula en los peces. Por lo general, las especies de peces que se encuentran al inicio de la cadena alimenticia tienen niveles más altos de PFOS debido al proceso llamado “bioacumulación”. Esta se produce cuando un pez más grande al inicio de la cadena alimentaria come peces más pequeños contaminados con PFOS. Dado que los peces más grandes deben comer muchos peces más pequeños para sobrevivir, terminan consumiendo cantidades mayores de contaminación por PFOS. Dado que el PFOS no se descompone fácilmente, se acumula en los peces que se encuentran al inicio de la cadena alimentaria.

Los peces residentes, aquellos que viven en los lagos toda su vida, tienen más exposición al PFOS porque no abandonan el agua contaminada.

La advertencia es para especies de peces sobre las cuales tenemos información. A medida que reunimos información sobre otras especies, podrían emitirse más pautas de consumo seguro.

### ¿Se ven afectados los peces de otros cuerpos de agua del condado de King?

En este momento, no tenemos información suficiente para saber si los peces de otros lagos o ríos del condado de King se ven afectados. Seguiremos evaluando la información de otros lagos y ríos a medida que la recibimos. Según la información que tenemos de los lagos Washington, Sammamish y Meridian, prevemos que los peces de otros lagos también podrían estar contaminados con PFOS. Podríamos actualizar los avisos para otras ubicaciones a medida que recibamos más información.

En este momento, no tenemos ningún aviso sobre el PFOS en peces de agua salada.

### ¿Aun así podemos nadar en estos lagos?

Sí. La advertencia sobre PFOS en los peces no afecta la natación ni otras actividades recreativas. Siga las pautas estatales y locales existentes sobre nadar o realizar actividades recreativas acuáticas.

### ¿Cuándo será seguro volver a consumir los pescados afectados de estos lagos?

Actualmente no sabemos cuándo será seguro ajustar las pautas sobre el consumo de los pescados afectados. El Departamento de Ecología está investigando cómo las PFAS, incluido el PFOS, llegaron al lago Washington. Entendemos que esto puede causar frustración, y seguiremos actualizando las pautas lo antes posible a medida que tengamos más información sobre esa investigación.

### ¿Por qué no se tomaban muestras de los peces antes?

Estamos expandiendo nuestra búsqueda a todos los tipos de PFAS, incluido el PFOS, a medida que obtenemos más información sobre qué partes del ambiente podrían estar afectadas. Los científicos aún están descubriendo el alcance de la contaminación por PFAS, y la ciencia cambia rápidamente. Debido a esto, el muestreo de tejidos de pescado para detectar los diferentes tipos de PFAS solo se ha realizado en los últimos años en el país.

### ¿Qué está haciendo el estado de Washington sobre el PFOS y otras PFAS?

El Departamento de Ecología y el Departamento de Salud desarrollaron un plan de acción de sustancias químicas a nivel estatal orientado a las PFAS para abordar la exposición humana y la contaminación ambiental a causa de diferentes tipos de PFAS, incluido el PFOS. El plan se desarrolló con opiniones de las partes interesadas. Además, el Departamento de Ecología y el Departamento de Salud trabajaron en colaboración para restringir las PFAS en los productos de consumo. Washington también cuenta con estándares para el agua potable y prohibiciones de

uso de PFAS en papeles que estén en contacto con los alimentos y la espuma para apagar incendios. Para obtener más información, visite la sección “Qué está haciendo nuestro estado para abordar la contaminación por PFAS” de nuestro sitio web (<https://doh.wa.gov/community-and-environment/contaminants/pfas> [en inglés]).

### ¿Dónde puedo obtener información adicional sobre esta advertencia?

Para obtener más información sobre las PFAS, incluido el PFOS, visite el sitio web del DOH en <https://doh.wa.gov/community-and-environment/contaminants/pfas> (en inglés), envíele un correo electrónico a nuestro equipo a [dohehea@doh.wa.gov](mailto:dohehea@doh.wa.gov) o llámenos al 360-236-3175.

Hable con el personal médico, de enfermería o de atención de su clínica médica si tiene inquietudes de salud.

### **DOH 334-477 DECEMBER 2022 SPANISH**

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).