

# PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE EXPOSICIÓN EN EL AGUA

## ¿Qué filtro debemos utilizar? ¿Cual es el mejor?

Cada uno de los filtros enumerados en nuestro informe anterior tiene ventajas y desventajas, y la elección de un filtro debe realizarse teniendo en cuenta sus circunstancias específicas. Dicho esto, a menudo recomendamos a las personas que instalen un filtro de ósmosis inversa porque puede eliminar una mayor cantidad de metales diferentes que algunas alternativas.

## ¿Necesito estar preocupado por el agua en mi ducha?

Cuando pensamos en las vías de exposición a través del agua doméstica, pensamos principalmente en la exposición dérmica (contacto con la piel) y la ingestión (consumo por la boca). Las investigaciones han demostrado que cuando se consume agua con metales, podemos esperar que el cuerpo adulto absorba entre el 80 % y el 90 % de los metales de esa agua. Esta es una preocupación mucho mayor que la exposición dérmica. Cuando el agua con metales se expone al cuerpo adulto a través de la piel, solo esperaríamos que el cuerpo absorbiera entre el 1% y el 2,5% de esos metales. Desde el punto de vista de la salud, nos preocupa más el agua que se utiliza para beber, preparar alimentos, lavarse los dientes, etc.

## ¿Necesito filtrar toda el agua utilizada en mi casa?

Lo que más nos preocupa es el agua que se utiliza para beber, preparar alimentos, lavarse los dientes, etc. Los sistemas de filtrado para toda la casa son muy caros. Los sistemas de filtrado en el punto de uso se pueden instalar en uno o dos lugares (por ejemplo, el lavavajillas de la cocina o el baño), son mucho más baratos y pueden filtrar el agua más utilizada para el consumo.

## ¿Qué pasa con los bebés y los niños pequeños en el hogar?

Los bebés y los niños corren un mayor riesgo que los adultos de experimentar los impactos en la salud de la exposición a los metales. Sus cuerpos todavía se están desarrollando y tienen un metabolismo diferente. Reducir la cantidad de agua no filtrada que consumen los bebés y niños es la mejor manera de proteger su salud.

Se sabe que los bebés y los niños pequeños tienen comportamientos de mano-boca. Llevarse las manos a la boca durante las duchas puede aumentar la cantidad de agua sin filtrar ingerida. Considere usar agua filtrada de la cocina para bañarse, hasta que los bebés dejen de meterse las manos en la boca (generalmente alrededor de los 2 o 3 años de edad).