Preguntas Frecuentes sobre el **Cromo**

¿Qué es el cromo?

- El cromo es un elemento que está presente de forma natural en rocas, tierra, agua, animales, y plantas.
- El cromo también está presente en el medioambiente a través de la actividad industrial y la producción de ciertos productos de consumo.
- Existen diferentes tipos de cromos presentes en el medioambiente.
    - El cromo III es necesario para la salud humana y es una parte normal de una dieta saludable.
    - El cromo VI puede ser nocivo.

¿De qué forma están las personas expuestas al cromo?

- Bebiendo o bañándose en agua que contenga cromo.
- Consumiendo comida que contiene cromo.
- Fumando, fumando con narguile o vapeando.
- Respirando humo ajeno o vapeando aerosoles.
- Respirando aserrín o humo a través del uso o quema de madera prensada vieja con arseniato de cobre cromado (CCA).
- Respirando o tocando el cromo durante el trabajo. El trabajo que comúnmente involucra el cromo incluye la fundición de metal, cromado, teñido de tela, soldadura sobre acero inoxidable y curtido de cuero.

¿Cómo puede el cromo dañar la salud de las personas?

La mayoría de las personas estarán expuestas a pequeñas cantidades de cromo III a lo largo de sus vidas porque se encuentra comúnmente en el medioambiente y es parte de una dieta saludable. El cromo VI es mucho más tóxico que el cromo III, de modo que los efectos sobre la salud por exposición al cromo están típicamente relacionados con el cromo VI.

La exposición a altas cantidades de cromo VI puede incrementar el riesgo de ciertos efectos sobre la salud, incluyendo:

- Irritación de nariz, boca, garganta y pulmones.
- Cáncer de pulmón.
- Irritación de la piel y reacciones alérgicas.
- Dolor abdominal y vómitos.
- Daño en los riñones o el hígado.

¿Cómo pueden las personas reducir su exposición al cromo?

- Averigüe si existe presencia de cromo en el agua corriente privada haciendo pruebas de cromo en pozos de agua corriente privada.
    - Los residentes de Michigan pueden encontrar más información sobre pruebas y mantenimiento de sus pozos privados en bit.ly/CareforMiWell, llamando al

MDHHS-Pub-1473 (10-24)

MDHHS al 800-648-6942 o comunicándose a su departamento de salud local.

- Conozca más sobre los resultados de la prueba de cromo en el agua corriente que proviene de suministros públicos de agua.
    - Para acceder a reportes sobre suministros públicos de agua, consulte los Reportes de Confiabilidad del Consumidor (Consumer Confidence Reports, CCRs) de la Agencia de Protección Medioambiental de Estados Unidos (United States Environmental Protection Agency) en epa.gov/ccr o comuníquese con su proveedor del servicio de agua local.

- Evite usar o quemar madera prensada vieja con arseniato de cobre cromado (CCA), incluyendo áreas de juego de niños o en proyectos de jardinería usados para cultivar comida.
    - Para más información, visite bit.ly/CCAWood.
- Evite respirar humo o vapear aerosoles.
    - Para acceder a recursos para dejar de fumar, llame al 1-800-QUIT-NOW.
- Limpie completamente los productos y pele la capa exterior de los tubérculos (por ejemplo: zanahorias, remolachas, nabos) para eliminar la suciedad.
- Al trabajar en una actividad con posible exposición al cromo:
    - Realice una buena higiene personal lavándose las manos con frecuencia, especialmente antes de comer o beber, y bañándose luego del trabajo.
    - Use equipo de protección personal, siguiendo las instrucciones.
    - No coma, beba, fume ni vapee en el lugar de trabajo.

¿Preguntas?

Llame al 1-800-648-6942 o visite Michigan.gov/DEHBio y haga clic en “MiChEM” para visualizar recursos adicionales.

El Michigan Department of Health and Human Services (MDHHS) no discriminará contra ningún individuo o grupo en base a su raza, origen nacional, color, sexo, discapacidad, religión, edad, altura, peso, condición familiar, consideraciones partidarias o información genética. Discriminación basada en sexo incluye, pero no se limita a, discriminación basada en la orientación sexual, identidad de género, expresión de género, características sexuales, y embarazo.

MDHHS-Pub-1473 (10-24)