



# Las sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas (PFAS) y su salud

[Las sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas \(PFAS\) y su salud Home](#)

## Preguntas frecuentes sobre las PFAS



### ¿Qué son las PFAS?

Las sustancias perfluoroalquiladas y polifluoroalquiladas (PFAS, por sus siglas en inglés) son un grupo grande y complejo de sustancias químicas sintéticas que se han usado en la industria y los productos de consumo en todo el mundo desde la década de 1940.

- Las PFAS no se encuentran de forma natural pero se encuentran de forma generalizada en el ambiente.
- Las PFAS se encuentran en las personas, la vida silvestre y los peces en todo el mundo.
- Algunas PFAS pueden permanecer en el cuerpo de las personas por mucho tiempo.
- Algunas PFAS no se degradan fácilmente en el ambiente.

### ¿Cómo podría estar expuesto a las PFAS?

Casi todas las personas en el mundo tienen alguna cantidad de PFAS en la sangre. Algunas formas en que las PFAS pueden entrar en el cuerpo son:

- beber agua de fuentes municipales o pozos privados contaminados por PFAS,
- consumir alimentos producidos cerca de lugares donde se usaron o elaboraron PFAS,
- consumir pescado capturado en agua contaminada por PFAS,
- consumir alimentos empacados en materiales que contienen PFAS,
- tragar o inhalar tierra o polvo contaminados, o
- tragar accidentalmente residuos o polvo de productos de consumo que contienen PFAS, tales como alfombras resistentes a las manchas y ropa repelente al agua.

Las investigaciones han indicado que la exposición a PFOA y PFOS de los productos de consumo actuales generalmente es baja y, para la mayoría de las PFAS, ducharse, bañarse o lavar los platos con agua que contenga PFAS también sería una exposición baja, especialmente cuando se compara con las exposiciones a agua para beber contaminada.

Los niños pequeños podrían tener más probabilidades de tener PFAS en el cuerpo porque tienden a morder los juguetes y las telas y se llevan las manos a la boca con frecuencia. Los niños también pueden exponerse al beber fórmula mezclada con agua contaminada por PFAS o leche materna de personas expuestas a PFAS. Las PFAS pueden pasar de la

madre al bebé durante el embarazo.

En las comunidades donde el agua potable está contaminada con PFAS, el agua puede ser la fuente de exposición principal. En otras comunidades, las fuentes de exposición pueden variar.

Para obtener información sobre exposiciones en el lugar de trabajo, visite la [página web sobre PFAS del Instituto Nacional para la Seguridad y Salud Ocupacional \(NIOSH\)](#)\*.

## ¿Cómo puedo reducir mi exposición a las PFAS?

Las PFAS están presentes en niveles bajos en algunos alimentos y en el ambiente (aire, agua, tierra, etc.), por lo que probablemente no puede prevenir la exposición a PFAS por completo. Sin embargo, si vive cerca de fuentes conocidas de contaminación por PFAS, usted puede tomar medidas para reducir su riesgo de exposición.

- Si su agua para beber contiene PFAS en niveles superiores a los de los estándares, las reglamentaciones o las advertencias de salud del estado o el Gobierno federal, considere usar una fuente alternativa de agua o agua tratada para cualquier actividad en la que pueda tragar agua:
  - beber,
  - preparar comida,
  - cocinar,
  - lavarse los dientes, y
  - preparar fórmula para bebés.
- Revise las advertencias sobre peces para los lagos, ríos, océanos y otros cuerpos de agua donde pesca.
  - Siga las advertencias sobre peces que les dicen a las personas que dejen de comer pescado o que limiten el consumo del proveniente de aguas contaminadas con PFAS u otros compuestos.
  - Las investigaciones han mostrado los beneficios de comer pescado, por lo que continúe comiendo el de fuentes seguras como parte de su alimentación saludable.
- Lea las etiquetas del producto y evite usar artículos hechos con PFAS.

## ¿Cómo pueden afectar las PFAS la salud de las personas?

Se han vinculado a las PFAS con algunos problemas de salud en los seres humanos, incluidos:

- aumentos en los niveles de colesterol,
- pequeñas disminuciones en el peso al nacer,
- menor respuesta de anticuerpos a algunas vacunas,
- cáncer de riñón y de testículos,
- hipertensión inducida por el embarazo y preeclampsia, y
- cambios en las enzimas del hígado.

Si le preocupa la exposición a PFAS, hable con su proveedor de atención médica. Los CDC y la ATSDR han preparado [información para los médicos](#)\* que usted puede compartir con su proveedor y trabajar juntos para determinar el mejor camino hacia adelante según sus circunstancias particulares.

Si trabaja con PFAS, su proveedor de atención médica podría sugerir que hable sobre esto con otro proveedor que se especialice en salud de los trabajadores. Incluso podría ver a uno de estos especialistas a través de su lugar de trabajo.

La ATSDR se compromete a revisar la información científica sobre las PFAS y proporcionar información basada en la evidencia a medida que esté disponible.

## ¿Cómo puedo obtener más información?

Puede visitar los siguientes enlaces para obtener más información:

- **CDC/ATSDR**
  - CDC Info <https://www.cdc.gov/cdc-info/>\* o (800) 232-4636.
  - <https://www.atsdr.cdc.gov/es/pfas/index.html>
  - <https://www.cdc.gov/exposurereport/index.html>\*
- **Agencia de Protección Ambiental (EPA):** <https://www.epa.gov/chemical-research/research-and-polyfluoroalkyl-substances-pfas>  \*
- **Administración de Alimentos y Medicamentos:**  
<https://www.fda.gov/food/newsevents/constituentupdates/ucm479465.htm>  \*
- **Programa Nacional de Toxicología:** <https://ntp.niehs.nih.gov/pubhealth/hat/noms/pfoa/index.html>  \*

Si tiene preguntas sobre los productos que usa en su casa, contacte a la Comisión de Seguridad de Productos del Consumidor de Estados Unidos (CPSC) al **(800) 638-2772**.

\* Los enlaces a sitios web llevan a páginas en inglés.

Esta página fue revisada: el 18 de enero del 2024