

RECOMENDACIONES PARA LA PREVENCIÓN

DE LA EXPOSICIÓN AL MERCURIO EN COMUNIDADES VULNERABLES DE COLOMBIA

El mercurio (azogue) es una sustancia que puede producir daños graves sobre la salud humana y el ambiente, por lo cual conocer las siguientes recomendaciones te servirá para reducir el riesgo de exposición a esta sustancia y los posibles daños que puede causar a tu salud.

En el marco del Convenio No. 407 de 2016 suscrito entre
Ministerio de Salud y Protección Social,
Instituto Nacional de Salud y Universidad de Córdoba



MINSALUD



UNIVERSIDAD DE
CÓRDOBA

¿SABES QUÉ ES EL MERCURIO?

El mercurio (Hg) es una sustancia química utilizada en la minería de oro, que es muy perjudicial para la salud.

EL MERCURIO PUEDE DAÑAR ESTOS ÓRGANOS O PARTES DE TU CUERPO



La Vista



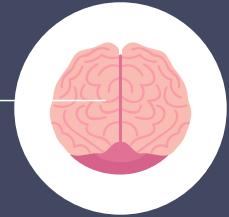
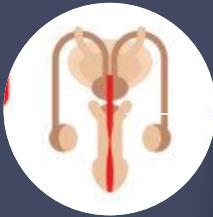
Los Dientes



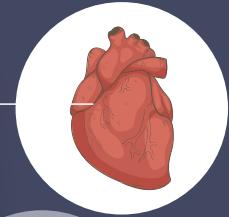
La Boca



Sistema Reproductivo



El Cerebro



El Corazón



La Piel



Los Riñones

UNA PERSONA QUE ESTÁ INTOXICADA O ENVENENADA CON MERCURIO PUEDE PRESENTAR LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS O SIGNOS:



Depresión



Perdida de la memoria



Irritabilidad



salivación excesiva



Impotencia



Dolor de cabeza frecuente



Insomnio



Temblor de manos, lengua y parpados



Caída de dientes



Sabor metálico

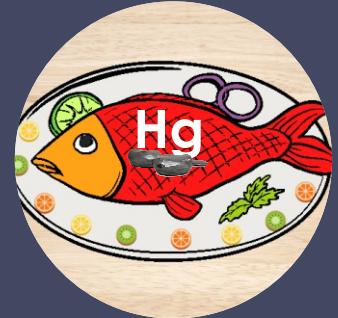
¿QUIÉNES TIENEN MAYOR RIESGO DE INTOXICARSE O ENVENENARSE CON MERCURIO?



Trabajar en minería



Tomar agua de sitios contaminados



Comer pescado de sitios contaminados



Quemar amalgama (oro con mercurio) o vivir cerca de estos sitios



Guardar mercurio o azogue en la casa



EL CONSUMO DE ALIMENTOS RICOS EN SELENIO COMO ESTOS, PUEDEN AYUDAR A REDUCIR LOS EFECTOS DAÑINOS DEL MERCURIO EN LA SALUD



huevo



leche



guayaba



mandarina



tomate



cebolla



lechuga



espinaca



uva



fresa



avena



pera



nueces



salbado



semillas de girasol



maíz



pepino



frijol



lenteja



arveja



Evitar el consumo de peces que se alimenta de otros peces, especialmente en mujeres embarazadas, madres en periodo de lactancia y niños.



Apúi o cebra



Tucunaré



Piraña, Puño o Caribe



Quicharo, Dormilón,
Perro, Traira, o moncholo

Payara o Cachorro



Barbachato



Capaz o Capaceta



Bocón o Jura Jura



Evita principalmente el consumo de estos peces que han presentado altas concentraciones de mercurio

TENER EN CUENTA ESTAS RECOMENDACIONES PUEDE DISMINUIR LA EXPOSICIÓN A MERCURIO O SUS EFECTOS



No fumar



No consumir licor



No guardar ni quemar amalgama
(oro con mercurio o azogue)
dentro de la casa,
ni vivir cerca de estos sitios



La medida más **IMPORTANTE**
para evitar el envenenamiento por mercurio es
EVITAR la exposición a esta sustancia.

Si tienes los síntomas o dudas
porque te has expuesto a mercurio,
consulta al médico



¿QUÉ DEBEN HACER LAS PERSONAS QUE TRABAJAN EN COMPRAS Y ENTABLES?



Bañarse en el sitio de trabajo



Usar mascarilla con filtros



Usar guantes y botas de caucho



Usar retorta para evitar la liberación de mercurio

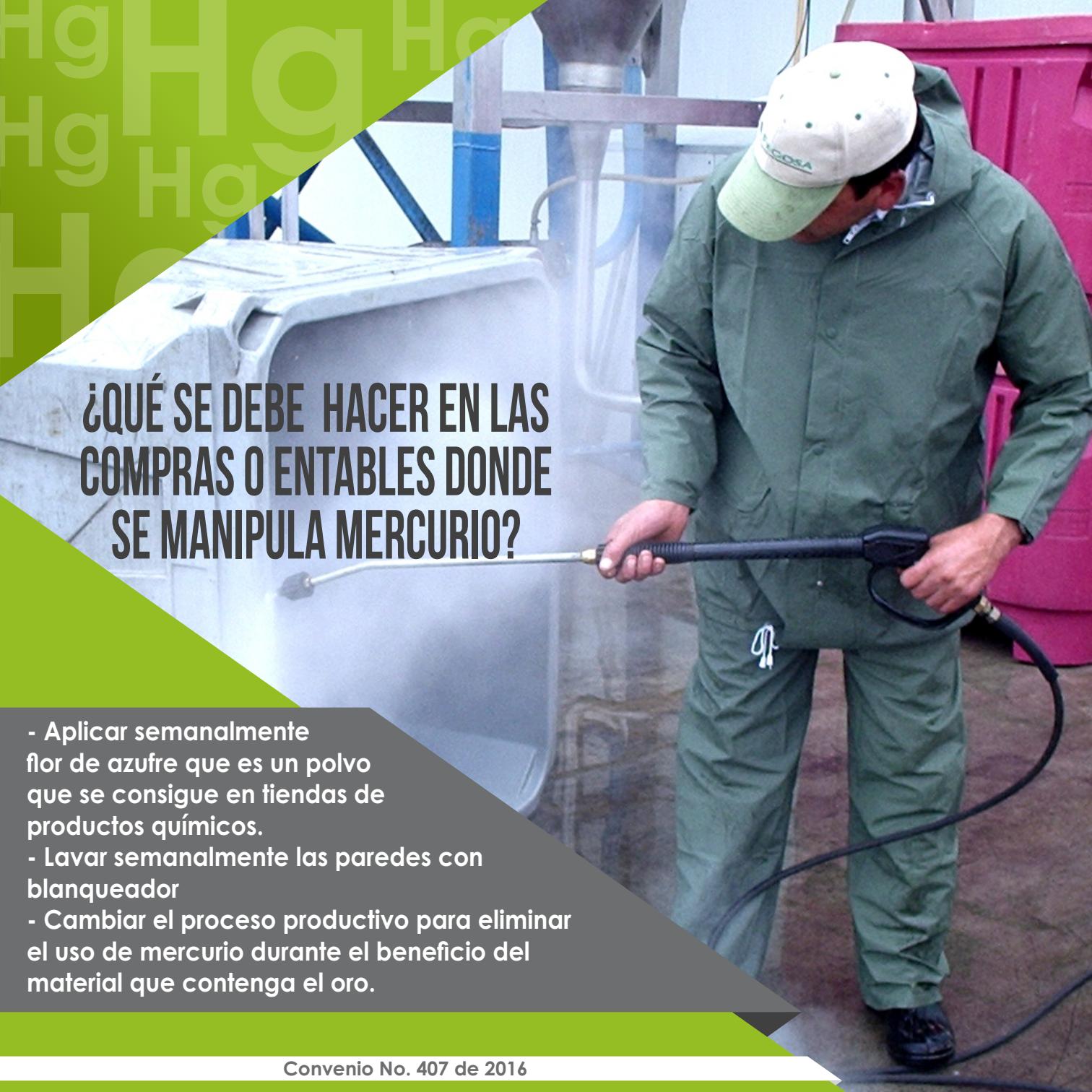


lavar por separado la ropa de trabajo

Mientras se logra la implementación de la Ley 1658 de 2013 que busca la eliminación del uso de mercurio en la minería de oro y la implementación de tecnologías limpias, se deben seguir las anteriores recomendaciones



Utilizar ropa exclusiva para el trabajo

A worker wearing a green protective suit, a white cap with a logo, and dark shoes is using a high-pressure water sprayer. The worker is standing next to a large white container, possibly a washing station. The background shows industrial equipment and a red structure. The image is overlaid with a green diagonal graphic on the left side.

¿QUÉ SE DEBE HACER EN LAS COMPRAS O ENTABLES DONDE SE MANIPULA MERCURIO?

- Aplicar semanalmente flor de azufre que es un polvo que se consigue en tiendas de productos químicos.
- Lavar semanalmente las paredes con blanqueador
- Cambiar el proceso productivo para eliminar el uso de mercurio durante el beneficio del material que contenga el oro.