Pintura

Esta hoja trata sobre la exposición a la pintura en el embarazo y durante la lactancia. Esta información se basa en la literatura publicada disponible. No debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es la pintura?

En general, la pintura está compuesta por partículas de pigmento (color) en una base líquida llamada medio. Existen dos grandes categorías de pintura: pinturas al óleo (medio a base de aceite/alquido) o pinturas de látex (medio a base de agua). Las pinturas al óleo se diluyen o se limpian con diluyentes de pintura, como aguarrás o alcoholes minerales. Las pinturas de látex se diluyen o se limpian con agua y jabón. La mayoría de las pinturas para el hogar están compuestas de látex, vinilo o acrílico. Las pinturas al óleo a veces se usan para trabajos de moldura (como alrededor de las puertas) en los hogares. Existen muchas otras mezclas de pinturas utilizadas para el sector industrial, las artes y los pasatiempos. Hace años, la pintura contenía plomo y mercurio.

¿Cómo podría quedar expuesto a las sustancias químicas de la pintura?

La exposición a la pintura puede suceder al respirar polvo o vapores (inhalación), mediante el contacto directo con la piel (absorción) o tragar partículas de pintura o polvo (ingesta). Los pintores que tienen alta exposición por inhalación pueden tener síntomas como náuseas, dolores de cabeza o pérdida del apetito. Los pintores que tienen alta exposición a través de la absorción pueden tener reacciones alérgicas en la piel o irritación ocular. La ingesta de pintura puede provocar irritación estomacal, náuseas o vómitos. Ingerir la pintura a base de plomo es tóxico.

¿Es importante el nivel de exposición a la pintura?

Al igual que otras exposiciones, la cantidad (nivel) y la duración (tiempo) son importantes al pensar en un aumento de probabilidad de problemas. Sin embargo, el nivel exacto de exposición a la pintura no suele conocerse. En general, una exposición continua en un entorno de trabajo probablemente resultaría en una exposición total más alta que una exposición única en el hogar. El olor no es una buena forma de medir el nivel de exposición.

¿La exposición a la pintura aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Se desconoce si la exposición a la pintura aumenta la probabilidad de aborto espontáneo. Se espera que la pintura doméstica con las precauciones de seguridad adecuadas resulte en un bajo nivel de exposición y no es probable que aumente los riesgos para un embarazo. Como puede haber muchas causas de aborto espontáneo, es difícil saber si la exposición en el lugar de trabajo u otros factores son la causa de un aborto espontáneo.

¿Usar pintura aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. Se desconoce si la exposición a la pintura aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. Se espera que la pintura doméstica con las precauciones de seguridad adecuadas resulte en un bajo nivel de exposición y no es probable que aumente los riesgos para un embarazo.

¿Usar pintura aumenta la probabilidad de otros problemas relacionados con el embarazo?

Se desconoce si la pintura puede causar otros problemas relacionados con el embarazo, como parto prematuro (parto antes de la semana 37) o bajo peso al nacer (que pesa menos de 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer).

Se han registrado casos de bebés que han nacido con problemas después de la exposición prenatal a pintura con tolueno. En esto casos, las mujeres embarazadas respiraban la pintura a propósito para drogarse. El tolueno es un tipo de solvente que se usa para diluir la pintura. A veces los bebés nacieron prematuros y tenían bajo peso al nacer, un tamaño de cabeza pequeño (microcefalia) y rasgos faciales similares a los de los niños expuestos al alcohol durante el embarazo. Estos niños también presentaron retrasos en el desarrollo. En estos casos, las mujeres embarazadas estuvieron expuestas a cantidades muy elevadas de tolueno (una exposición mayor que la que probablemente tendría un pintor aficionado o profesional).

¿Qué precauciones debo tomar si pinto una habitación en mi hogar?

Considere la posibilidad de que otra persona haga el trabajo por usted. Si planea pintar, reduzca su exposición de la siguiente manera:

- Lea la etiqueta del producto y siga todas las instrucciones de manipulación para pintar, limpiar y almacenar.
- Trabaje en un área bien ventilada (aire fresco) con ventanas y puertas abiertas. Use ventiladores en las ventanas para ayudar a que el aire circule. Después de pintar, ventile la habitación durante otros 2 o 3 días y no permanezca mucho tiempo en ella.
- Use ropa protectora, como guantes y mangas largas para cubrir la piel. Si pintar es parte de su trabajo, consulte a su responsable de seguridad sobre el uso de una mascarilla que filtre los vapores de las pinturas y los diluyentes.
- No coma ni beba mientras pinta.
- Lávese bien las manos después de pintar.

Las paredes, ventanas u otras superficies pueden contener pintura con plomo, especialmente en casas antiguas. Tenga cuidado de la exposición, incluso si no está preparando las paredes. El polvo que inhala puede contener plomo.

Puede consultar el folleto de la Agencia de Protección Ambiental (EPA) sobre consejos saludables para pintar interiores en: https://19january2017snapshot.epa.gov/sites/production/files/2015-09/documents/sp-pai1.pdf.

Trabajo como pintor. ¿Puede mi trabajo aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento u otros problemas relacionados con el embarazo?

Los solventes orgánicos son ingredientes de la pintura que más se han estudiado durante el embarazo. Sin embargo, el término “solventes orgánicos” se usa para describir muchas sustancias químicas diferentes, por lo que es difícil saber qué producto químico exacto puede aumentar la probabilidad de problemas en un embarazo. Estos estudios suelen combinar los resultados de los embarazos de pintores, impresores, químicos, trabajadores de fábricas y técnicos de laboratorio, todos ellos con diferentes exposiciones químicas. Algunos de estos estudios sugieren un posible pequeño aumento de probabilidad de aborto y/o defectos de nacimiento, mientras que otros estudios no muestran una mayor probabilidad de que ocurran estos problemas.

Incluso entre los pintores profesionales, los niveles de exposición varían enormemente en función de las pinturas y los limpiadores utilizados, la ventilación, la preparación de las paredes, el equipo de protección utilizado, la manipulación y el almacenamiento, y la cantidad de tiempo de trabajo. Si bien no existe una preocupación clara por los pintores, reducir la exposición a las sustancias químicas y a los vapores tiene sentido tanto para la salud de los adultos como para la del embarazo. Cada producto tiene precauciones de seguridad específicas en la etiqueta. Un especialista en salud ocupacional o un empleado responsable de seguridad e higiene en el trabajo puede ofrecerle formas específicas de reducir su exposición a sustancias químicas en el trabajo. Puede encontrar más información y algunos consejos de seguridad para trabajar con sustancias químicas en: https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/.

Vivo en una casa antigua y me preocupa la pintura con plomo.

El gobierno federal de Estados Unidos prohibió la pintura a base de plomo en las viviendas en 1978; sin embargo, la pintura a base de plomo aún puede estar presente en casas antiguas. Se pueden analizar los trozos de pintura para detectar la presencia de plomo. En ese sentido, las personas embarazadas no deben eliminar la pintura vieja. Por lo tanto, no raspe, lije ni queme la pintura vieja porque esto hace que el aire contenga mayores concentraciones de metales pesados (como el plomo), solventes y otras sustancias químicas.

Si necesita quitar la pintura con plomo de su hogar, pídale a alguien que esté certificado en la remoción de plomo que lo haga. Manténgase lejos del área hasta que termine el proyecto y se limpie adecuadamente. Para obtener más información sobre el plomo, consulte la hoja informativa sobre el plomo en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/el-plomo/.

La lactancia y la pintura:

Se conoce poco sobre la exposición a la pintura durante la lactancia. Sin embargo, es poco probable que la exposición

de bajo nivel a pintura sea un problema para un lactante. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre está expuesto a la pintura, ¿podría afectar la fertilidad (capacidad de embarazar a una mujer) o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

Se desconoce si la pintura podría afectar la fertilidad masculina o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. En general, es poco probable que las exposiciones que tienen los padres o donantes de esperma aumenten los riesgos de un embarazo. Para más información, consulte la hoja informativa de MotherToBaby acerca de Exposiciones Paternas en https://mothertobaby.org/es/hojas-informativas/exposiciones-paternas/.

Por favor haga clic aquí para ver las referencias.

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). Copyright de OTIS, 1 de febrero de 2023.