

Pintura

Esta hoja habla sobre la exposición a la pintura en un embarazo y durante la lactancia. Esta información no deberá usarse como un sustituto del cuidado médico o los consejos de su proveedor de salud.

¿Qué es pintura?

En general, la pintura se hace con partículas de pigmentos (color) en una base líquida que se le llama medio. Hay dos amplias categorías de pinturas: pinturas de aceite (medios a base de aceite/alquídicos) o pinturas al látex (medios a base de agua). Las pinturas de aceite se diluyen o limpian con solvente de pintura (tíner). Las pinturas al látex se diluyen o limpian con jabón y agua. La mayoría de las pinturas en las casas son al látex. Las pinturas de aceite a veces se utilizan para pintar marcos (como los marcos de las puertas) en los hogares. Existen muchas otras mezclas de pinturas para uso industrial, las artes y los pasatiempos. Hace años se utilizaron el plomo y el mercurio en las pinturas.

¿Cómo estaría expuesta a los químicos en la pintura?

La exposición a la pintura puede ocurrir al inhalar polvo o vapores (inhalación), contacto directo con la piel (absorción) o tragar astillas de pintura o polvo (ingestión). Los pintores con mucha exposición por inhalación pueden experimentar síntomas como náuseas, dolores de cabeza o pérdida de apetito. Los pintores con mucha exposición a través de la absorción pueden experimentar reacciones alérgicas en la piel o en la irritación de los ojos. La ingestión de pintura puede resultar en irritación estomacal, náuseas, vómitos y, si se trata de pintura a base de plomo, la ingestión puede ser tóxica.

¿Importa el grado de exposición (alto versus bajo) a la pintura?

Como otras exposiciones, la cantidad (nivel) y duración (tiempo) es importante cuando se piensa acerca del riesgo. Sin embargo, a diferencia de los medicamentos, la cantidad exacta o dosis a la que se ha estado expuesta no es conocida usualmente. Generalmente, una exposición constante en un lugar de trabajo tendría una exposición más alta que el de una exposición de una sola vez en la casa. El olor no es una buena forma de medir el nivel de exposición.

¿Puede una exposición a la pintura aumentar la posibilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo puede ocurrir en cualquier embarazo. Entre los pintores, un estudio mostró un aumento de probabilidad de aborto espontáneo, pero otros estudios no lo han demostrado.

Me gustaría pintar un cuarto durante mi embarazo, ¿puede esto aumentar la posibilidad de malformaciones congénitas u otros problemas del embarazo?

En cada embarazo, una mujer comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un bebé con una malformación congénita. Esto es llamada su riesgo imprevisible. Los estudios que analizan la exposición a la pintura durante el embarazo han tenido resultados mixtos y son difíciles de realizar porque no pueden medir la cantidad exacta de exposición de pintura para cada mujer. La pintura doméstica probablemente produce un bajo nivel de exposición y es probable que tenga un bajo riesgo. Un solo estudio no encontró asociación con los humos de pintura en el hogar y el parto prematuro (nacimiento antes de las 37 semanas) o bajo peso al nacer en mujeres que informaron alguna exposición a la pintura en sus hogares.

Ha habido reportes de bebés que nacen con problemas cuando sus madres abusaron de pinturas con contenido de tolueno o pegamentos "para drogarse" durante sus embarazos. El tolueno es un tipo de solvente que se usa para diluir pintura. Estos bebés algunas veces nacieron prematuro y tuvieron bajo peso al nacer, una cabeza más pequeña y rasgos faciales similares a los niños expuestos al alcohol durante el embarazo (síndrome de alcoholismo fetal). Estos niños también tuvieron retrasos en sus desarrollos. En estos casos, las mujeres embarazadas estuvieron expuestas a altas cantidades de tolueno (exposiciones más altas que en un pasatiempo o pintor profesional probablemente tendría).

¿Qué precauciones debo tomar si pinto un cuarto en mi casa?

Considere preguntando a alguien que haga la pintura por usted. Si planea pintar, reduzca su exposición en la siguiente manera:

- Leyendo la etiqueta del producto y siguiendo todas las instrucciones de manejo para pintar, limpiar y almacenar.
- Trabajando en un área bien ventilada (aire fresco) con ventanas y puertas abiertas. Use ventiladores en las ventanas para ayudar a mover el aire. Después de pintar, ventile el cuarto por otros 2 a 3 días, y limite su tiempo en esta área.
- Vistiendo en ropa protectora como guantes y mangas largas para cubrir su piel. Si la pintura es parte de su trabajo, hable con su oficial de seguridad sobre el uso de una máscara de respiración que filtre los vapores de pinturas y diluyentes.
- No comiendo ni tomando mientras pinta.
- Después de pintar, asegúrese de lavarse bien las manos.
- La Agencia de Protección Ambiental (EPA por sus siglas en inglés) tiene un folleto con consejos de salud para pintar en el interior: <https://www.cpsc.gov/s3fs-public/painting.pdf>.

Yo trabajo como pintora. ¿Puede mi trabajo aumentar la posibilidad de malformaciones congénitas u otros problemas del embarazo?

Los disolventes orgánicos son ingredientes en la pintura que han sido los más estudiados durante el embarazo. Sin embargo, el término «solventes orgánicos» es usado para describir muchos químicos diferentes, por lo que es difícil saber cuáles químicos exactos podrían aumentar la posibilidad de problemas en un embarazo. Estos estudios usualmente combinan los resultados de los embarazos de pintores, impresores, químicos, trabajadores de fábricas y técnicos de laboratorio, todos con diferentes exposiciones a sustancias químicas adicionales. Algunos de estos estudios sugieren una posibilidad pequeña posible de aborto espontáneo y/o malformaciones congénitas, mientras que otros estudios no muestran mayor probabilidad de estos problemas.

Incluso entre los pintores profesionales, los niveles de exposición variarán enormemente según las pinturas y los productos de limpieza utilizados, la ventilación, el equipo de protección utilizado, la manipulación y el almacenamiento, y el tiempo de trabajo. Aunque no existe una preocupación clara para los pintores, reduciendo la exposición a los productos químicos y los humos tiene sentido tanto para el adulto como para la salud del embarazo. Cada producto tiene precauciones de seguridad específicas en la etiqueta. Un especialista en salud ocupacional o higienista industrial 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 productos químicos en: <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/peligros-en-la-salud-reproductiva-en-el-lugar-de-trabajo/pdf/>.

Yo vivo en una casa vieja y me preocupa la pintura con plomo.

El gobierno federal de los Estados Unidos prohibió las pinturas con base de plomo para las viviendas en 1978. Sin embargo, ya que las pinturas con plomo todavía pueden estar presentes en casas viejas. Fragmentos de pintura se pueden probar para el plomo. Las mujeres embarazadas no deben remover la pintura vieja. No raspe, lije o queme pintura vieja ya que esto introduce concentraciones más altas de metales pesados (como el plomo), solventes y otros químicos en el aire.

Si usted necesita quitar pintura con plomo de su casa, tenerlo hecho por alguien que es certificada en quitar pintura vieja con plomo. Aléjese del área hasta que el proyecto esté terminado y el área haya sido limpiada. Para más información sobre el plomo, por favor lea la hoja informativa en <https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/el-plomo/pdf/>.

¿Puedo amamantar si estuve expuesta al plomo?

Poco es conocido acerca de la exposición a la pintura durante la lactancia. Sin embargo, es poco probable que la exposición a bajo nivel de pintura sería un problema. Hable con su proveedor de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

¿Si un hombre ha estado expuesto a la pintura, ¿aumenta la posibilidad de infertilidad o malformaciones congénitas?

Los estudios sobre la exposición en los hombres a la pintura en el lugar de trabajo han tenido resultados mixtos. Con frecuencia los estudios sólo analizan los puestos laborales lo cual no es una buena manera de valorar los niveles de exposición. Se ha sugerido pero no se ha podido probar que los hombres con exposiciones ocupacionales a la pintura

tienen más problemas de fertilidad (más dificultad a embarazarse a su pareja) o un pequeño aumento en la probabilidad de cáncer en sus hijos. Sin embargo, hay también estudios que no han mostrado una posibilidad de estos problemas.

En general, es poco probable que las exposiciones que tienen los padres aumenten los riesgos a un embarazo. Para obtener más información, consulte la hoja informativa de MotherToBaby [Las exposiciones paternas y el embarazo en https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/](https://mothertobaby.org/es/fact-sheets/exposiciones-paternas/pdf/).

Las referencias seleccionadas:

- Harms RW, et al. (eds.) 2004. Mayo Clinic Guide to a Healthy Pregnancy, Mayo Clinic, pp. 23-24.
- Heidam LZ. Spontaneous abortions among dental assistants, factory workers, painters, and gardening workers: a follow-up study. J Epidemiol Comm Health. 1984;38:149-155.
- Hooiveld M, et al. 2006. Adverse reproductive outcomes among male painters with occupational exposure to organic solvents. Occup Environ Med 63:538-44.
- Khattak S, et al. 1999. Pregnancy outcome following gestational exposure to organic solvents: a prospective controlled study. JAMA 281:1106-1109.
- McMartin KI, et al 1998. Pregnancy outcome following maternal organic solvent exposure: a meta-analysis of epidemiologic studies. Amer J Indust Med, 34:228-292.
- The National Institute for Occupational Safety and Health. 1999. The Effects of Workplace Hazards on Female Reproductive Health. Available from URL: <http://www.cdc.gov/niosh/docs/99-104/>. (Accessed 12/2009)
- Ramlau-Hansen CH, Stoltenberg CDG, et al. MINERVA-group. 2012. Male-mediated infertility in sons of building painters and gardeners: A nationwide register-based follow-up study. Reprod Toxicol, 34:522-528.
- Savitz DA, Chen JH. 1990. Parental occupation and childhood cancer: review of epidemiologic studies. Environ Health Perspect. 88:325-37.
- Sørensen M, et al. 2010. Non-occupational exposure to paint fumes during pregnancy and fetal growth in a general population. Environ Res. 110(4):383-7.
- Tougaard NH, et al. 2015. Risk of congenital malformations among children of construction painters in Denmark: a nationwide cohort study. Scand J Work Environ Health. 41(2):175-83.
- S. EPA. Healthy Indoor Painting. 2000. Available from URL: <https://www.cpsc.gov/s3fs-public/painting.pdf> (Accessed 5/2017).
- S. EPA. Lead in Paint, Dust, and Soil. Available from URL: <https://www.epa.gov/lead/lead-regulations#paint> (Accessed 5/2017).
- Wilkins-Haug L. 1997. Teratogen update: toluene. Teratology 55:145-151.

¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en [MotherToBaby.org](https://mothertobaby.org) .

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, julio 11, 2019.