

El sodio y LOS POZOS PRIVADOS



¿Qué es el sodio?

El sodio es un elemento natural que se encuentra en el suelo, el agua y las rocas subterráneas a gran profundidad. El sodio se encuentra en el medio ambiente en forma de sales unidas al cloruro, el carbonato, el hipoclorito y el silicato.

El sodio se usa en sistemas de tratamiento ablandador de agua, desinfectantes y ajustes de pH para producir productos químicos industriales. Las sales de sodio se usan en el control de la nieve y el hielo, y en la producción de papel, vidrio, jabón, productos farmacéuticos, químicos y alimentos.

A lo largo de la costa, el agua de mar puede influir en la cantidad de sodio en las aguas subterráneas. Esto se conoce como intrusión de agua salada.

¿Cómo puede llegar el sodio al agua de mi pozo privado?

El sodio puede entrar en el agua de su pozo privado a través de la erosión de las rocas subterráneas. La lluvia puede llevar el sodio de las sales de deshielo y de las actividades industriales de la superficie a las aguas subterráneas. Los sistemas de tratamiento ablandador de agua aumentan la cantidad de sodio en el agua.

¿Cómo puede el sodio afectar a mi salud?

El sodio es un elemento esencial, lo que significa que el cuerpo lo necesita en pequeñas cantidades. Ayuda a la regulación de la osmolaridad y los fluidos dentro del cuerpo. Sin embargo, la ingesta de niveles altos de sodio puede causar efectos adversos para la salud. El sodio es invisible e inodoro. El sodio puede tener un sabor perceptible.

Ingerir altos niveles de sodio durante cortos períodos puede provocar hipertensión.

Los niveles más altos de sodio pueden provocar:

- Vómitos
- Náuseas
- Problemas gastrointestinales
- Contracción muscular
- Convulsiones

La ingesta de niveles altos de sodio durante largos períodos puede provocar la muerte.

¿Qué nivel de sodio debería preocuparme?

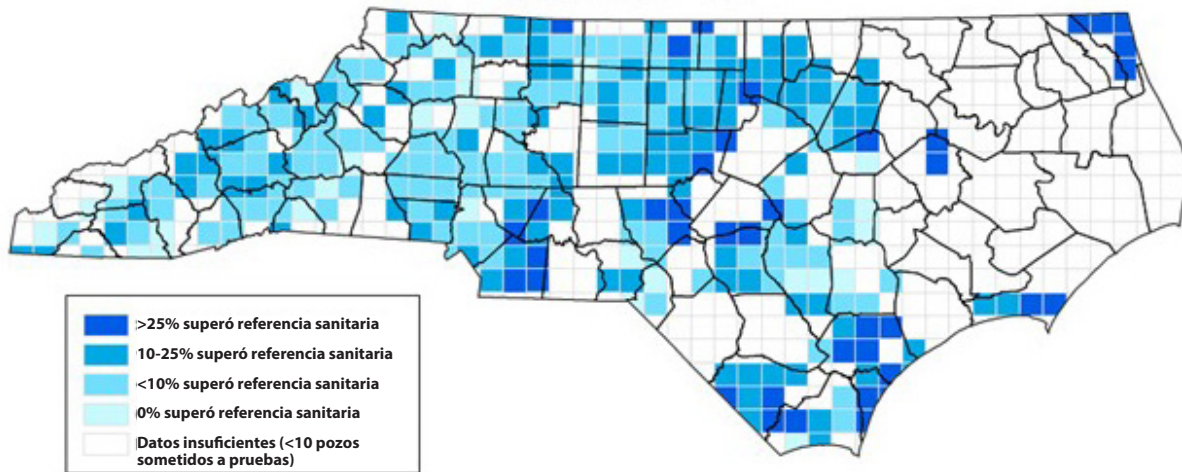
La **Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos** estableció un valor sanitario de **20 miligramos de sodio por litro de agua (mg/L)**. Los valores sanitarios son niveles de referencia cuyo cumplimiento no es obligatorio, establecidos para proteger la salud pública. Este nivel sanitario se estableció para proteger el empeoramiento de la hipertensión de las personas que deben llevar una dieta restringida de sodio en 2003.

Además, la **Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos** estableció un nivel estético de **30 a 60 mg/L**. Este nivel se estableció para evitar que el agua sea salada.

¿Cómo hago las pruebas de sodio en mi pozo privado?

Use un laboratorio certificado para analizar el agua de su pozo con el fin de detectar sodio cada dos años, como parte del análisis inorgánico. Póngase en contacto con el programa de pozos privados del departamento de salud de su condado para que le ayuden analizar el agua. El precio de las pruebas varía de un condado a otro.

Porcentaje de pozos privados sometidos a pruebas que superan los niveles estatales para el sodio, 2011-2013.



¿Dónde se encuentra el sodio en Carolina del Norte?

El sodio se encuentra en niveles variables (de 1 a 3,900 mg/L) en toda Carolina del Norte. **Aproximadamente el 14%** de los pozos sometidos a muestreo de sodio en Carolina del Norte de 2011 a 2013 superaron el nivel sanitario federal (20 mg/L). Sin embargo, hay varias áreas en Carolina del Norte con más del 25% de los pozos que superan el nivel federal. Consulte el mapa para conocer las áreas con un nivel de sodio elevado.

¿Qué hago si mis niveles de sodio son altos?

Si le preocupa el sabor del agua de su pozo o tiene una afección preexistente, puede instalar un sistema de tratamiento para reducir los niveles de sodio en su pozo privado. Los sistemas de tratamiento que reducen los niveles de sodio en el agua de los pozos incluyen:

- Destilación
- Ósmosis inversa

También puede reducir su exposición mediante el consumo de agua embotellada o la conexión al suministro público de agua, si es posible.

¿Dónde puedo encontrar más información acerca del sodio y mi pozo?

Visite la página web del Programa de Salud y Bienestar Privado de la División de Salud Pública de Carolina del Norte: <http://epi.publichealth.nc.gov/oeo/programs/wellwater.html>.

Ahí puede encontrar:

- Contactos para el programa de pozos privados de su condado
- Mapas del sodio en el agua de pozo
- Una guía para seleccionar un sistema de tratamiento
- Otros recursos de pozos privados

También puede llamar al Programa de Salud y Bienestar Privado al 919-707-5900.

¿De dónde proviene esta información?

REFERENCIAS EN INGLES

Organización Mundial de la Salud: www.who.int/water_sanitation_health/dwq/chemicals/sodium.pdf

Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos: www.epa.gov/sites/production/files/2014-09/documents/support_cc1_sodium_dwereport.pdf

Servicio Geológico de los Estados Unidos: <http://water.usgs.gov/ogw/gwrp/saltwater/salt.html>

