

Yoduro de potasio (KI)

En un esfuerzo continuo de ayudar a los residentes de Pennsylvania a estar listos para enfrentar emergencias, el Departamento de Salud está nuevamente ofreciendo pastillas de 'yoduro de potasio' —sin costo alguno— a los individuos que residen, trabajan o van a la escuela dentro de un radio de 10 millas de una de las cinco plantas nucleares en el estado. Estas plantas están estrechamente reguladas, aseguradas y bien mantenidas. En el improbable caso de una emisión de radiación, el estado está listo para responder rápidamente.

La evacuación (salida) es siempre el mejor modo de protegernos a nosotros mismos y a nuestros seres queridos durante una emisión de radiación de gran magnitud. **Las pastillas de KI son solamente otra capa de protección y no reemplazan a la evacuación.** En Pennsylvania, la decisión de evacuar está basada en la idea de cómo mejor proteger a aquellos que son los más sensibles a los efectos negativos del yodo radioactivo: nuestros niños. Usted puede obtener las pastillas durante las horas laborables en las oficinas de distrito del estado y en las oficinas de salud de los condados. Para encontrar la oficina situada en su área, ingrese al sitio web www.health.pa.gov o llame al **1-877-PA-HEALTH (1-877-724-3258)**.

¿Qué es yoduro de potasio?

El yoduro de potasio es una sal, similar a la sal de mesa. Su símbolo químico es KI. Es habitual el añadirlo a la sal de mesa para que sea 'yodada'. El KI está disponible en forma de pastilla, sin necesidad de receta.

¿Cómo funciona el KI?

El tomar el KI le ayudará a proteger su glándula tiroides, ubicada en la parte anterior de su cuello, contra los efectos nocivos del yodo radioactivo que pudieran ser emitidos durante una emergencia debido a una emisión de radiación.

El KI SÓLO protegerá la tiroides. La tiroides es la parte del cuerpo que rápidamente absorbe el potencialmente dañino yodo radioactivo. El KI **no** le protegerá contra todos los elementos radioactivos y sólo funciona contra el yodo radioactivo si es que es tomado en el momento de o inmediatamente después de una emisión de radiación. La evacuación es la mejor forma de protegerse asimismo y a sus seres queridos en el caso de una emisión en su área.

¿Cómo sabré cuándo tomar el KI?

Los funcionarios estatales de salud pública y el gobernador le anunciarán cuándo tomar el KI. Si ocurriera un accidente dentro de una planta nuclear, las sirenas de alarma sonarán por unos tres a cinco minutos. Un mensaje del «Sistema de Alerta de Emergencia» además se emitirá por radio o TV. El escuchar estos mensajes es crítico porque éstos le informarán sobre la situación, lo que usted debe hacer y si debiera usted tomar el KI.

No tome el KI a no ser que los funcionarios estatales de salud pública o el gobernador se lo indiquen. No todas las emisiones radioactivas contienen yodo radioactivo. Cuando los oficiales de salud pública o el gobernador le indiquen que tome el KI, esta será la dosis:

- **ADULTOS**, deberán tomar **DOS** pastillas de 65 mg
- **NIÑOS**, deberán tomar **UNA** pastilla de 65 mg

El tomar más tabletas o pastillas que las recomendadas en un período de 24 horas no aumentará la efectividad del KI y podría incrementar el riesgo de sufrir efectos secundarios.

Usted no debe tomar el KI durante una prueba del 'Sistema de Alerta de Emergencia' o una prueba de las sirenas de las plantas nucleares.

¿Quién puede tomar el KI?

Todo aquel que no es alérgico al yodo puede tomarlo. No causa daño a las mujeres embarazadas ni a las que están amamantando, ni a los que están tomando medicina para la tiroides, ni a niños e infantes, a no ser que sean alérgicos al KI. Si no está seguro si puede tomar el KI, consulte con un médico.

¿Cuáles son los efectos secundarios del KI?

Los efectos secundarios son improbables por tratarse de una dosis baja y porque tomará el KI por corto tiempo. Los efectos secundarios posibles son: sarpullido; sabor metálico en la boca; encías o dientes adoloridos; malestar estomacal; inflamación de las glándulas salivares; sensación de ardor en la boca o garganta; síntomas de resfriado; y diarrea.

¿Qué debo hacer si siento efectos secundarios?

Aunque los efectos secundarios son remotos, si los tiene y éstos son severos o si tiene una reacción alérgica, deje de tomar el *yoduro de potasio* y llame a su médico o al **1877-PA-HEALTH**.

¿Es el KI seguro?

Sí, el KI es seguro. Sin embargo, reacciones adversas son posibles en personas con problemas con la tiroides o los que son alérgicos al yodo. Aquellos que estén considerando el usar el KI o usarlo en sus seres queridos debieran seguir las indicaciones contenidas en las pastillas. Si tiene más preguntas sobre el KI, llame a su médico o al **1-877-PA-HEALTH**.

¿Cómo le doy el KI a mi infante?

Moler **una** pastilla de KI y mezclarla con el alimento o bebida, así deberán los infantes ingerir el medicamento en un caso de emergencia.

¿Podrán mis niños recibir el KI si están en la escuela?

El Departamento de Salud ha desarrollado un plan de distribución para las escuelas que deseen las pastillas de KI. Este plan consiste de información sobre cómo las escuelas pueden repartir el KI durante una evacuación. Son los distritos escolares los que deciden si quieren las pastillas o no. Las pastillas o píldoras no serán dadas a los estudiantes sin el consentimiento de sus padres.

¿Puedo recibir el KI si no vivo pero trabajo dentro de las 10 millas radiales?

Sí. Los centros de trabajo o empresas ubicadas dentro de las 10 millas radiales pueden recibir al menos una dosis de KI por cada empleado. Las firmas interesadas deben contactar al Departamento de Salud.

¿Cómo guardo las píldoras o pastillas?

Las pastillas pueden ser almacenadas en un lugar seco con una temperatura controlada de entre 59° y 86°F. Asegúrese de guardarlas en un sitio de fácil acceso y fácil de recordar.

¿Cómo me deshago de mis pastillas expiradas?

Las pastillas expiradas de KI pueden ser tiradas al basurero común. Saque las pastillas de su caja y mézclelas con cosas como granos usados de café o desechos de sus mascotas para no atraer la atención de sus niños o mascotas. No deben ser tiradas al inodoro, fregadero o lavabo. Para obtener más información sobre cómo deshacerse de estos medicamentos ingrese al sitio web www.fda.gov

¿Qué pasa si no puedo encontrar mi KI?

El KI estará continuamente al alcance de los residentes a través de las oficinas del Departamento de Salud o centros estatales de salud. Llame al **1-877-PA-HEALTH** o ingrese al sitio web del departamento para ubicar la oficina más cercana a usted.

Si no puedo evacuar debido a una condición preexistente, ¿cómo me encontrarán para ayudarme?

La agencia de administración de emergencias de su condado mantiene un registro de personas que por razones médicas no podrían evacuar. Si usted tiene en mente a un familiar que pudiera necesitar asistencia, póngase en contacto con la oficina del condado para asegurarse de que tienen su dirección.

¿Dónde puedo encontrar mi plan de evacuación?

Un plan de evacuación para los que viven en un radio de 10 millas de una planta nuclear en Pennsylvania lo puede encontrar en su guía telefónica, ya sea al frente de ésta o en las páginas azules, o podría serle enviado a usted por la planta nuclear. Lea esas páginas cuidadosamente para saber adónde ir en caso de una emergencia. Si tiene interrogantes sobre su plan de evacuación, póngase en contacto con la agencia de administración de emergencias de su condado, su número de teléfono se encuentra en las páginas azules.

¿Son seguras las plantas nucleares de Pennsylvania?

Sí, los cinco sitios donde se encuentran las plantas nucleares en Pennsylvania son seguros. El Gobierno Federal y los funcionarios estatales y locales de Pennsylvania llevan a cabo regularmente las inspecciones de las plantas. Además, los funcionarios continuamente trabajan con las plantas para asegurarse de que los planes para proteger la salud pública y seguridad en un caso de emergencia estén vigentes.

¿Dónde puedo encontrar más información?

Para obtener más información sobre el KI ingrese al sitio web del Departamento de Salud en www.health.pa.gov o llame al **1-877-PA-HEALTH (1-877-724-3258)**.