



## Estar preparado es mantenerse a salvo.

Esté atento a la llegada de sus píldoras de KI en el correo.  
Para obtener más información, visite [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca)



## LA SEGURIDAD REQUIERE

### PREPARACIÓN.

En el caso muy poco probable de un accidente nuclear, una píldora de yoduro de potasio (KI) es un elemento fundamental para mantenerlos a usted y a su familia a salvo. No existe tal cosa como estar demasiado preparado.

#### **¿Qué es el yoduro de potasio (KI)?**

KI (el nombre químico del yoduro de potasio) es una sal de yodo estable (no radiactivo). Es un nutriente esencial que se necesita en pequeñas cantidades para que la glándula tiroides funcione correctamente. El KI viene en forma de tabletas y se puede tragar fácilmente.

#### **¿Por qué recibo esto ahora?**

La Comisión Canadiense de Seguridad Nuclear (CNSC en inglés) es la agencia federal que supervisa el funcionamiento seguro de las centrales nucleares. Ahora exige que todos los hogares y negocios en un radio de 10 km de una central nuclear reciban un suministro de píldoras de KI.

#### **¿Qué hace?**

La eficacia del KI como bloqueador específico de la captación de yodo radiactivo en la tiroides está bien establecida. Cuando se toma en la dosis recomendada y en el momento adecuado, el KI reduce el riesgo de cáncer de tiroides en personas o poblaciones con riesgo de inhalación o ingestión de yodo radiactivo. KI llena la tiroides con yodo no radiactivo y previene la captación de moléculas radiactivas. KI no protege contra otros tipos de radiación.

#### **¿Cuándo debo tomarlo?**

En el caso muy poco probable de una emergencia que resulte en una liberación de radiación al público, el director médico del departamento de Salud de Ontario proporcionará instrucciones por radio, televisión, Internet y otros canales disponibles sobre dónde, cuándo, cómo y quién debe tomar KI. Es importante esperar esta notificación.

No tome las píldoras a menos que se le indique. Solo necesitaría tomar las píldoras por un período breve, probablemente de 1 a 2 días.

#### **¿Cuánto debo tomar?**

Mujeres embarazadas o en lactancia	2 tabletas (1 dosis única)
Adultos mayores de 18 años	2 tabletas cada 24 horas
Niños de 3 a 18 años	1 tableta cada 24 horas
Niños de 1 mes a 3 años	½ tableta diaria triturada en alimentos o líquidos

Niños menores de 1 mes

¼ tableta disuelta en líquidos  
(1 dosis única)

Si es necesario, y para los niños más pequeños, las tabletas se pueden añadir trituradas a los alimentos o disolver en líquidos.

En caso de sobredosis, busque asistencia médica o llame a un centro de control de intoxicaciones de inmediato. Teléfono 1-800-268-9017 o 416-813-5900

### **¿Hay algún efecto secundario?**

El riesgo de efectos secundarios por tomar una dosis de KI es extremadamente bajo para todos los grupos de edad que tienen una función tiroidea normal. El beneficio general durante una emergencia nuclear supera el riesgo de efectos secundarios.

Existe un mayor riesgo de efectos secundarios para las personas con trastornos de la tiroides, como tiroiditis autoinmune, enfermedad de Graves, deficiencia de yodo y bocio nodular. Estos trastornos son más comunes en adultos y ancianos, y son raros en niños.

Pueden ocurrir efectos secundarios raros en otras partes del cuerpo, como efectos gastrointestinales o reacciones de hipersensibilidad, pero generalmente son leves.

Las personas que son sensibles al yodo, tienen o tuvieron un trastorno de la tiroides, o tienen cualquier otra inquietud, deben consultar a su médico o enfermera antes de tomar KI.

### **¿Qué se incluye en mi paquete de píldoras KI?**

El paquete incluirá 20 píldoras de KI, suficientes para cinco adultos o 10 niños, o cualquier combinación durante dos días. Este sería un tiempo más que suficiente para la duración de cualquier exposición en un evento nuclear improbable. El paquete también contendrá un folleto con información sobre las píldoras KI y su uso. Si necesita más de 20 tabletas, habrá instrucciones sobre cómo pedir más.

### **¿Dónde debo guardarlo?**

Cuando se almacenan en un lugar seco entre 15 y 30 grados Celsius, las píldoras KI son efectivas hasta por 12 años.

### **Si esto no es suficiente para mi familia o negocio, ¿dónde puedo pedir más?**

Para solicitar más pastillas de KI, utilice nuestro [formulario de pedido en línea](#).

### **¿Cuántas píldoras debo tener a mano?**

Cada adulto en el hogar debe tener cuatro píldoras disponibles y cada niño debe tener dos píldoras disponibles. Esto es suficiente para un suministro de dos días.

### **En caso de emergencia, ¿dónde más puedo conseguir píldoras de KI?**

Las píldoras de KI están disponibles para los niños en las escuelas ubicadas en la zona de 10 km y en instituciones selectas en la zona de 10 km, como los centros de salud. Las tabletas KI también estarán disponibles para el público en los centros de recepción de evacuación y otros lugares designados por los funcionarios de emergencia.

### **¿Cómo se me notificará en caso de una emergencia nuclear?**

Sirenas, radio, televisión, Internet, llamada telefónica automatizada y redes sociales.

### **¿Qué puedo hacer?**

1. Entre y encienda su radio o televisión para recibir instrucciones
2. Escuche los informes de los medios
3. Siga las instrucciones proporcionadas por funcionarios gubernamentales
4. Siga las instrucciones para: evacuación, refugio, tomar píldoras de KI, presentarse a un centro de recepción para monitoreo

### **¿No sería un accidente nuclear demasiado rápido para reaccionar?**

No. En el caso muy poco probable de una liberación radiactiva, tardaría muchas horas y días en extenderse. Habría tiempo para responder a las instrucciones de emergencia.

### **¿Puedo darle píldoras de KI a mi mascota en caso de una emergencia nuclear?**

No es necesario dar píldoras de KI a las mascotas.

### **¿Dónde puedo obtener más información?**

Si tiene alguna pregunta o inquietud, visite [www.preparetobesafe.ca](http://www.preparetobesafe.ca). Si desea obtener más información sobre este programa de distribución de KI en la región de Durham, llame al 1-800-841-2729; en Toronto puede llamar al 311.

Si tiene alguna pregunta de salud relacionada con las píldoras de KI, hable con su profesional de salud o puede comunicarse con Telehealth Ontario al 1-866-797-0000.

Para obtener mayor información, visite:

- [el sitio web de la Comisión Canadiense de Seguridad Nuclear](#)
- [el sitio web del Ministerio de Salud de Ontario / Ministerio de Atención a Largo Plazo](#)