United States
Environmental Protection
Agency

EPA 747-K-95-001
October 1995

Prevention, Pesticides, And Toxic Substances (7407)

EPA

El Envenenamiento Por El Plomo y Sus Niños

-COVER-

Alerta de plomo y sus niños

De acuerdo a los Centros de Control y Prevención de Enfermedades, aproximadamente uno de cada once niños en los Estados Unidos tiene un nivel alto de plomo en la sangre. Puede ser que haya plomo en su edificio sin que usted lo sepa; porque el plomo *no se puede ver, oler o saborear.* Es posible que haya plomo en el polvo, la pintura o la tierra que hay dentro y fuera de su casa, en el agua potable o los alimentos. Debido a que no se desintegra naturalmente, si no se elimina, el plomo puede seguir siendo un problema.

Antes de que se descubrieran los efectos dañinos del plomo, éste se utilizaba en la fabricación de pintura, gasolina, tuberías y muchos otros productos. Ahora que conocemos los peligros del plomo, la pintura casera está casi libre de plomo, la gasolina con plomo está desapareciendo y las tuberías caseras no se hacen con plomo.

Cómo afecta el plomo la salud de su niño
A largo plazo, el plomo puede tener efectos muy severos en un niño. Estos incluyen problemas de aprendizaje, reducción de crecimiento fisico, hiperactividad, malfunción del oído, hasta lesiones del cerebro. Si son dectectados a tiempo, estos efectos se pueden disminuir, reduciendo el contacto con el plomo y siguiendo un tratamiento médico. Si usted está encinta, no se exponga al plomo, ya que éste puede pasar a través de su cuerpo al de su bebé. La buena noticia es que hay cosas sencillas que usted puede hacer para ayudar a proteger a su familia.

1 Hágale un examen de plomo en la sangre a su niño.

Hasta los niños que parecen sanos pueden tener niveles altos de plomo en la sangre. Usted no sabrá si su niño esta intoxicado con plomo si no le hace un examen de *sangre.* Un examen de sangre toma sólo diez minutos y los resultados están listos generalmente en una semana.

Los Centros de Control y Prevención de Enfermedades recomiendan que los niños se hagan un examen de plomo en la sangre por primera vez cuando tienen un año. Si usted sospecha que hay plomo en su casa o vive en un edificio viejo, examine a su niño a los seis meses.

Los niños mayores de un año deben hacerse un examen de sangre cada dos años, o todos los años si su casa o

apartamento contiene pintura a base de plomo, o si usted usa plomo en su trabajo o pasatiempo.

Para averiguar dónde puede examinar a su niño, llame a su doctor o a la clínica de salud pública.

2 Mantenga la limpieza.

El polvo común y la tierra pueden contener plomo. Los niños pueden tragar plomo o inhalar polvo contaminado si juegan con polvo o con tierra y luego se meten los dedos o juguetes en la boca, también si comen sin lavarse las manos.

Mantenga las áreas de juego lo más limpias posible y libre de polvo.

Lave los chupetes y biberones si se caen al suelo. Tenga otros a mano.

Limpie los pisos, marcos de las ventanas y las superficies que el niño pueda morder, como cunas, con una solución de detergente en polvo para lavaplatos y agua tibia. Límpielos dos veces por semana. Use guantes para evitar la irritación de la piel. (Se recomiendan los detergentes en polvo para lavaplatos por su alto contenido de fosfato. La mayoría de los líquidos para limpiar no contienen fosfato y por lo tanto no son efectivos para limpiar el polvo de plomo.)

Lave los juguetes y animales de felpa regularmente.

Asegúrese de que sus niños se laven las manos antes de comer y dormir.

3 Reduzca el peligro de la pintura a base de plomo

La pintura de la mayoría de las casas construídas antes de 1960 contiene grandes cantidades de plomo. Algunas casas construídas tan recientemente como 1978 también pueden estar pintadas con pintura a base de plomo. Esta pintura puede encontrarse en los marcos de las ventanas, las paredes exteriores de su casa o en otras superficies. Pequeñas partículas de pintura a base de plomo son peligrosas si se comen. La pintura a base de plomo en buenas condiciones generalmente no es un problema, con excepción de los lugares donde las superficies pintadas se rozan unas con otras creando polvo. (Por ejemplo, cuando se abre una ventana, las superficies pintadas se rozan una con la otra.)

Vigile que su niño no muerda nada que esté cubierto con pintura a base de plomo, como los marcos de las ventanas, cunas y otros muebles infantiles.

No queme maderas pintadas, ya que la pintura puede ser a base de plomo.

4 No remueva la pintura a base de plomo usted mismo

Algunas familias se han intoxicado al *lijar o raspar la pintura a base de plomo* debido a las grandes cantidades de polvo que esto produce. El polvo de plomo puede quedarse en los edificios viejos aún mucho tiempo después de haber terminado las reparaciones o renovaciones. Si se calienta, la pintura a base de plomo, puede producir vapores de plomo en el aire.

Averigue si el departamento de salud pública local o estatal hace exámenes de pintura a base de plomo en casas. Algunos lo harán gratis. Bajo ciertas condiciones, los exámenes caseros *no pueden* detectar pequeñas cantidades de plomo.

No quite la pintura a base de plomo usted mismo. Contrate a una persona con entrenamiento especial para corregir este tipo de problemas, alguien que sepa hacer este trabajo de una manera segura y que tenga el equipo adecuado para limpiarlo.

Todas las personas, especialmente los niños y las mujeres embarazadas, deben salir del edificio hasta que todo el trabajo se haya terminado *y se limpie a fondo.*

5 No traiga polvo de plomo a su hogar.

Si usted trabaja en construcción, demolición, pintando casas, o con baterías o en un taller de reparación de radiadores, o en una fábrica de plomo, o si sus pasatiempos incluyen contacto con el plomo, usted pued traer, sin darse cuenta, plomo a su hogar en sus manos c ropa. Es posible que también traiga plomo a su casa en el polvo de sus zapatos. La tierra que está muy cerca de las casas puede estar contaminada con pintura a base de plomo del exterior del edificio. La tierra al lado de las carreteras o autopistas también puede estar contaminada a causa de haber recibido por años los gases de automóbiles y camiones que usaban gasolina con plomo.

Si usted trabaja o tiene contacto con plomo en su pasatiempo, cámbiese de ropa antes de regresar a su casa.

Es mejor que sus niños jueguen con arena o en la hierba en lugar de hacerlo en la tierra que se pega en los dedos y juguetes. Asegúrese de que sus niños no coman tierra y de que se laven las manos cuando entren en la casa.

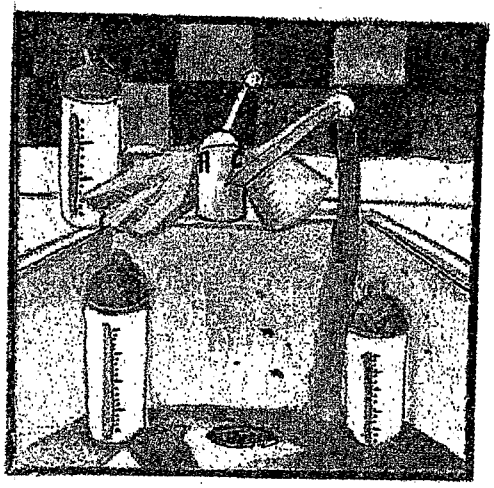
6 Elimine el plomo del agua potable

La mayoría del agua de los pozos o de la ciudad no contiene plomo. Generalmente el agua de su casa contiene plomo debido a que las tuberías están hechas de materiales que contienen plomo. Hervir el agua no reduce la cantidad de plomo. Bañarse no es un problema porque el plomo no entra en el cuerpo a través de la piel.

La única manera de enterarse si el agua contiene plomo es haciéndola examinar. Llame al Departamento de Salud o a su proveedor de agua para que la examine. Hacer examinar el agua es fácil y económico ($15-$25).

El agua de su casa tendrá más plomo si ha estado largo tiempo en las tuberías, si está caliente o si es naturalmente ácida.

Si el agua no ha sido examinada o tiene niveles altos de plomo:



1) No beba, cocine o prepare los biberones del bebé con agua de las tuberías del agua caliente.

2) Si el agua fría no ha sido usada durante dos horas o más, déjela correr de 30 a 60 segundos antes de beberla o utilizarla para cocinar.

3) Compre un filtro certificado para eliminar el plomo. Llame a EPA para recibir más información.

7 Aliméntese bien

Un niño que toma suficiente hierro y calcio absorberá menos plomo. Los alimentos ricos en hierro son los huevos, carne roja sin grasa y los frijoles. Los productos lácteos tienen mucho calcio.

No guarde comida o líquidos en cristal que contenga plomo o en loza vieja o importada.

Si utiliza bolsas de plástico para guardar o llevar comida, asegúrese de que la parte impresa quede en la parte exterior de la bolsa.

(2)

Proteja a sus niños del envenenamiento con plomo

1 Aún cuando el niño esté sano, hágale un examen para asegurarse de que no está intoxicado con plomo.

2 Límpie los pisos y las ventanas con una solución de detergente de lavaplatos en polvo y agua. La mayoría de los detergentes para todo uso no eliminan el plomo del polvo común.

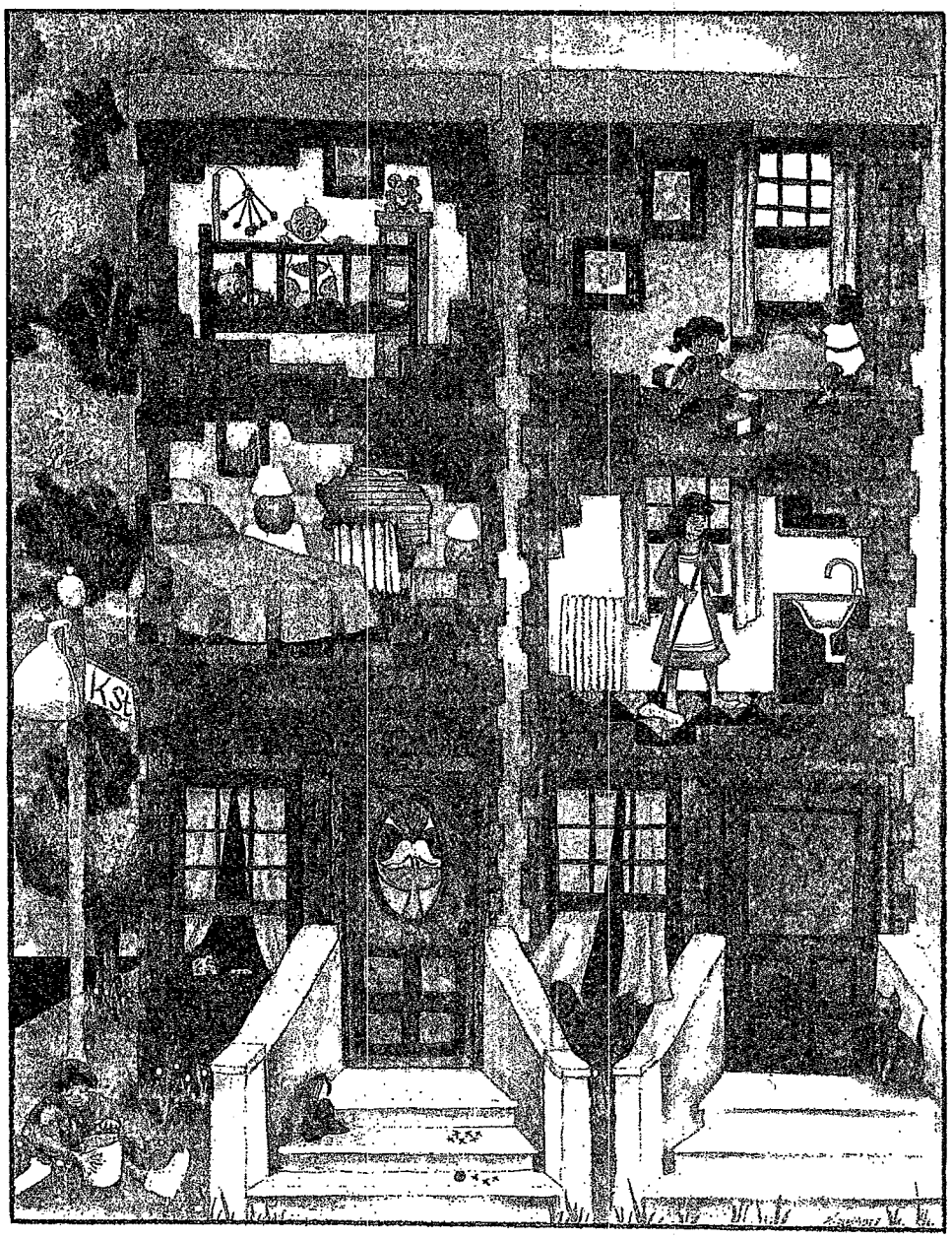
3 Reduzca el peligro de la pintura que contiene plomo. Asegúrese de que su niño no se lleve a la boca nada que esté cubierto con pintura que contenga plomo.

4 No trate de quitar la pintura a base de plomo usted mismo.

(3) **5** No traiga polvo de plomo a su casa cuando regrese de su trabajo o pasatiempos.

6 Haga examinar el agua. Si el agua fría no se ha usado por dos horas o más, déjela correr por 30 o 60 segundos antes de beberla o usarla para cocinar.

7 Aliméntese bien y no guarde comida en recipientes de loza que contengan plomo.



El envenenamiento con plomo es un problema serio en la infancia—mientras más pequeño es el niño el riesgo es mayor.

Para más información llame:

EPA's Safe Drinking Water Hotline
(Información sobre laboratorios certificados para examinar el contenido de plomo en el agua e información sobre filtros)
1-800-426-4791

National Lead Information Center
Centro Nacional de Información sobre el Plomo
(Fondos de EPA, Centers for Disease Control and Prevention, Department of Housing and Urban Development and Department of Defense)
1-800-424-5323
(TDD) 1-800-526-5456

Traducido del Inglés "Lead Poisoning and Your Children"
United States Environmental Protection Agency,
Office of Pollution Prevention & Toxics,
Office of Ground Water and Drinking Water
Document No. EPA 747-K-95-001
Octubre 1995

Papel reciclado—Impreso con soya/canola en papel que contiene por lo menos 50% de fibra reciclada.

1 Aún cuando el niño esté sano, hágale un examen para asegurarse de que no está intoxicado con plomo.

2 Limpie los pisos y las ventanas con una solución de detergente de lavaplatos en polvo y agua. La mayoría de los detergentes para todo uso no eliminan el plomo del polvo común.

3 Reduzca el peligro de la pintura que contiene plomo. Asegúrese de que su niño no se lleve a la boca nada que esté cubierto con pintura que contenga plomo.

4 No trate de quitar la pintura a base de plomo usted mismo.

(3) 5 No traiga polvo de plomo a su casa cuando regrese de su trabajo o pasatiempos.

6 Haga examinar el agua. Si el agua fría no se ha usado por dos horas o más, déjela correr por 30 o 60 segundos antes de beberla o usarla para cocinar.

7 Aliméntese bien y no guarde comida en recipientes de loza que contengan plomo.

El envenenamiento con plomo es un problema serio en la infancia—mientras más pequeño es el niño el riesgo es mayor.

Para más información llame:

EPA's Safe Drinking Water Hotline
(Información sobre laboratorios certificados para examinar el contenido de plomo en el agua e información sobre filtros)
1-800-426-4791

National Lead Information Center
Centro Nacional de Información sobre el Plomo
(Fondos de EPA, Centers for Disease Control and Prevention, Department of Housing and Urban Development and Department of Defense)
1-800-424-5323
(TDD) 1-800-526-5456

Traducido del Inglés "Lead Poisoning and Your Children"
United States Environmental Protection Agency,
Office of Pollution Prevention & Toxics,
Office of Ground Water and Drinking Water
Document No. EPA 747-K-95-001
Octubre 1995

Papel reciclado—Impreso con soya/canola en papel que contiene por lo menos 50%de fibra reciclada.