

cómo mantener a sus hijos

a salvo

del

envenenamiento

con plomo

un manual para los padres

# los hechos simples.

**¿Qué es el envenenamiento con plomo?** Una persona se envenena con plomo cuando su organismo recibe una cantidad demasiado alta de plomo. El plomo se puede encontrar en muchos materiales que usamos a diario, incluyendo la pintura, el polvo y la tierra. La enfermedad de envenenamiento con plomo es grave pero también puede evitarse. Los niños padecen mayor riesgo de envenenamiento con plomo que los adultos.

**¿Cómo ingresa el plomo al organismo de los niños?** El polvo y la suciedad comunes pueden contener plomo. Las pinturas con que se pintaban las casas construidas antes de 1978 son consideradas como la causa líder de envenenamiento con plomo en los niños. El plomo ingresa en el organismo de los niños si tragan o respiran polvo contaminado con plomo, especialmente si juegan sobre el polvo o la suciedad contaminada, y luego se ponen las manos o los juguetes en la boca.

**¿Cuáles son los síntomas que sufrirá mi hijo por el envenenamiento con plomo?** Por el envenenamiento con plomo su hijo podrá sufrir problemas permanentes tales como problemas de aprendizaje y menor inteligencia.

**¿Cómo me doy cuenta de que mi hijo sufre de envenenamiento con plomo?** Un simple y rápido análisis de sangre es la única manera de decir con seguridad si su hijo tiene plomo en la sangre.

Su médico o el departamento de salud pueden realizar las pruebas de existencia de plomo en su hijo.

**¿Cómo sé si mi hijo necesita un análisis de plomo?** Si su hijo estuvo en contacto con pintura vieja, usted deberá hacerle el análisis. Los niños de 9 meses de edad hasta 2 años y medio tienen mayor riesgo de envenenamiento con plomo porque pueden sufrir daños cerebrales permanentes. Los niños de 2 años y medio a 6 también tienen un alto riesgo de envenenamiento con plomo y también deben analizarse.



¿Qué puedo hacer

# para prevenir que mi hijo

se envenene con plomo?

## Para proteger a su hijo siga estos simples pasos:

- Si vive en una casa construida antes de 1978, quizás haya sido pintada con pintura a base de plomo. Mantenga limpia y sin polvo el área en donde juegan sus niños. Limpie el piso con un estropajo húmedo. Limpie los juguetes y los herrajes de las ventanas con un paño mojado. Verifique que no haya pintura descascarada o agrietada en las ventanas, puertas y paredes.
- Lave los chupetes cuando se caigan al piso.
- Lave a menudo las manos de su hijo—antes de las comidas, de la siesta y de ir a dormir. Enséñeles a lavarse las manos, cuando tengan edad para ello, y asegúrese de que lo hagan.
- Cubra los espacios de tierra de su jardín con césped o con estiércol y paja. Plante césped o arbustos cerca de la casa para mantener el polvo y la suciedad alejados del interior de su hogar.
- Asegúrese de que su hijo no mastique nada que esté cubierto con pintura.
- Tenga en cuenta que algunos medicamentos herbales, tales como Azarcon y Greta, pueden contener mucho plomo.
- No cocine, guarde ni haga comidas en cristal emplomado.
- Trate a toda la pintura descascarada como si tuviera plomo. No retire la pintura vieja usando un método a seco, como por ejemplo el arenado—se generará polvo contaminado.
- Si en el trabajo está expuesto al plomo, no lleve el plomo a su hogar—cámbiese su ropa de trabajo por ropa limpia antes de volver a su casa y lave la ropa de trabajo por separado.
- Dé a su niño comidas y merienda saludables. Limitan la cantidad de plomo que puede ingresar en el organismo de su niño. Su niño debería ingerir diariamente comidas con alto contenido de hierro y calcio, tales como carne magra, pollo, atún, pavo, arvejas, cereales, papas con piel, leche, queso y yoghurt.





**Departamento de salud de Florida**  
**Programa de vigilancia de envenenamiento con plomo en la niñez**

*No se podrá excluir de la participación, ni negar los beneficios, ni someterse a discriminación a ninguna persona, por motivos de edad, color, discapacidad, nacionalidad, raza, religión o sexo, bajo ningún programa o actividad que reciba el beneficio de asistencia financiera federal.*