

DISMINUYA la exposición

No existe un nivel seguro de exposición al plomo. Pero si su hijo(a) tiene niveles altos de plomo en la prueba, hay maneras de reducir la exposición adicional.

Mantenga todo limpio

- > Cámbiese de ropa en el trabajo y lávela por separado si en él se expone al plomo.
- > Quítese los zapatos al entrar a casa.
- > Limpie los marcos y bordes de las ventanas con agua tibia y un limpiador.
- > Barra y trapee los pisos cada semana.
- > Lávese las manos con frecuencia, especialmente antes de comer y al acostarse.
- > Lave los juguetes, biberones y chupetes con regularidad.

Otras medidas preventivas

- > Mantenga productos no alimenticios como llaves, joyas y juguetes fuera de la boca de su hijo(a).
- > Evite remedios culturales y especias extranjeras.
- > Cubra la tierra expuesta con mantillo o césped.
- > Use agua fría para cocinar y beber.
- > Deje abierto el grifo por al menos 4 minutos si ha estado sin usarse durante varias horas.
- > Dele a su hijo(a) alimentos saludables ricos en calcio, hierro y vitamina C, como frutas, verduras, queso y galletas integrales para reducir la absorción de plomo (limite el consumo de alimentos altos en grasa y azúcar).

Déjelo en manos de los profesionales

- > Póngase en contacto con su médico o con el Departamento de Salud del Allen County para obtener información sobre la prueba de plomo.
- > Póngase en contacto con profesionales capacitados en plomo para reparaciones de pintura en viviendas construidas antes de 1978.

valoración de RIESGO POR PLOMO

Hágale una evaluación a su hijo(a) para detectar intoxicación por plomo si responde “sí” a cualquiera de las siguientes preguntas.

1) ¿Su hijo(a) cumple los requisitos para recibir los beneficios del Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Infantes y Niños (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children, WIC) o Medicaid?

☐ SÍ ☐ NO

2) ¿Su hijo(a) vive o visita frecuentemente un código postal considerado de alto riesgo para la exposición al plomo (46802, 46803, 46806, 46807, 46808)?

☐ SÍ ☐ NO

3) ¿Su hijo(a) vive o visita frecuentemente una casa o guardería construida antes de 1978?

☐ SÍ ☐ NO

4) ¿Su hijo(a) tiene un hermano(a) o compañero(a) de juego con niveles altos de plomo?

☐ SÍ ☐ NO

5) ¿Su hijo(a) vive con un adulto que trabaja o tiene un pasatiempo donde se expone al plomo (como reparación de autos, botes o casas, restauración de muebles, campos de tiro o fabricación de anzuelos de plomo)?

☐ SÍ ☐ NO

6) ¿Su hijo(a) ha visitado o vivido en un país donde no está restringido el uso de plomo en productos para el consumidor?

☐ SÍ ☐ NO

7) ¿Su familia usa cerámica, cosméticos, medicamentos, especias o remedios tradicionales importados?

☐ SÍ ☐ NO

8) ¿Su hijo(a) tiene diagnósticos médicos relacionados con intoxicación por plomo (como retrasos en el desarrollo o el habla, anemia, hiperactividad, pérdida de apetito o irritabilidad)?

☐ SÍ ☐ NO

mantenga a su hijo(a) A SALVO DEL PLOMO



revise a su hijo
revise su hogar
allencountyhealth.com

DÓNDE SE ENCUENTRA el plomo

El plomo puede encontrarse en muchos lugares dentro de la casa y sus alrededores. Las casas construidas antes de 1978 son las más propensas a tener fuentes de exposición al plomo.

Residuos y polvo de pintura

- > La mayoría de la exposición al plomo en los niños viene de la pintura en casas construidas antes de 1978.
- > La pintura vieja que se agrieta y se pela en las paredes, ventanas, pórticos y puertas genera polvo dañino que puede ser inhalado o tragado.

Suelo

- > El suelo puede contaminarse por el plomo que se encuentra en la pintura en el exterior de las casas, así como por la exposición a gasolina con plomo en el pasado.

Agua

- > El plomo en las tuberías o en las soldaduras puede contaminar el agua.
- > Hervir el agua no elimina el plomo.

Otras fuentes de exposición:

- > Joyería.
- > Especias o remedios culturales comprados fuera de los Estados Unidos.
- > Llaves y llaveros.
- > Cerámica mexicana usada en la preparación y almacenamiento de alimentos.
- > Trabajos y actividades como la caza, la pesca, la reparación de autos y la restauración de muebles.

LO QUE EL PLOMO hace

Los niños(as) con niveles altos de plomo pueden parecer y actuar como si estuvieran sanos. Pero el plomo afecta el cerebro y el sistema nervioso, lo que provoca problemas de salud graves y, en algunos casos, permanentes.

Síntomas de la intoxicación por plomo

- > Dificultad para conciliar el sueño.
- > Pérdida de apetito.
- > Estreñimiento.
- > Retrasos en la expresión verbal y en el lenguaje.
- > Dificultades en el aprendizaje y el desarrollo.
- > Problemas de comportamiento como hiperactividad, agresividad e irritabilidad.



Póngase en contacto con el médico de su hijo(a) o con el Departamento de Salud llamando al 260.449.8600 para más información sobre la prueba de plomo en la sangre. El Departamento de Salud también puede proporcionar información sobre cómo realizar una prueba de plomo en su hogar.>