

# Infórmese sobre el ENVENENAMIENTO POR **PLOMO**



## Proteja a sus niños

### El plomo puede ocasionar daños cerebrales en los niños.

- El envenenamiento por plomo puede ocasionar que los pequeños tengan problemas de aprendizaje, de falta de atención o de conducta.
- Los niños pequeños sufren de envenenamiento por plomo con mayor frecuencia que los niños más grandes. El plomo también es más dañino para ellos.

### La mayoría de los niños que padecen de envenenamiento por plomo no tienen la apariencia de estar enfermos ni actúan como si lo estuvieran.

- La única forma de saber si uno de sus hijos padece de envenenamiento por plomo es someterlo a una prueba de sangre para detectar la presencia de plomo.
- Hable con el médico de sus hijos. Es posible que a su niño se le deba practicar esta prueba. La mayoría de los niños son sometidos a la prueba cuando tienen 1 y 2 años de edad. Algunos niños mayores de 2 años también necesitan ser sometidos a esta prueba.
- Su hijo podría recibir atención médica gratuita, incluyendo pruebas para detectar la presencia de plomo. Si desea mayor información, llame al 1-888-747-1222. La llamada es gratis.
- Si está embarazada, el plomo puede ocasionar daños a su bebé. Pregúntele a su médico si debe someterse a la prueba para detectar la presencia de plomo en el organismo.

### Proteja a sus niños del plomo

Alimente a sus hijos con comidas y bocadillos que incluyan verduras, y platillos ricos en:

- **calcio** (leche, queso, yogurt, tortillas de maíz, o tofu)
- **hierro** (carne, pollo, frijoles cocidos, cereales fortificados con hierro, pasas y otras frutas secas)
- **vitamina C** (naranjas y jugo de naranja, toronjas y jugo de toronja, tomates y jugo de tomate)

### Para mas información llame al:

# ESTÉ ATENTO A ESTOS PELIGROS RELACIONADOS CON EL PLOMO

Siga los pasos que se indican para conservar libre de peligro a sus niños.



## EL PLOMO SE ENCUENTRA EN la pintura y el polvo dentro y fuera de los hogares y edificios construidos antes de 1978.

- Trapee el piso, limpie el descanso de las ventanas con un trapo húmedo, aspire y lave todas las superficies con frecuencia empleando un producto de limpieza para uso en el hogar. Enjuague con agua limpia.
- Lave las manos de sus hijos a menudo, en especial antes de comer y dormir. También lave los juguetes de sus hijos con frecuencia.
- No permita que su hijo muerda las superficies pintadas ni ingiera partículas de pintura.
- Cubra la tierra frente a su hogar con plantas, piedras de pavimentación, concreto, trozos de madera o grava.
- Quítese los zapatos o límpiese las suelas en un tapete antes de entrar a su casa.
- Nunca, lije, raspe, lave a chorro, pele o limpie con chorro de arena la pintura a menos que haya comprobado o esté seguro de que no contiene plomo. Llame al Programa de Prevención Infantil del Envenenamiento por Plomo de su localidad a fin de recibir información sobre cómo someter la pintura a la prueba para detectar la presencia de plomo.



## EL PLOMO SE ENCUENTRA EN cacerolas y platos que son antiguos, hechos a mano o que fueron fabricados fuera de los Estados Unidos.

- Sométalos a la prueba de detección de plomo antes de utilizarlos para comer o beber. Llame al Programa de Prevención Infantil del Envenenamiento por Plomo de su localidad a fin de recibir información sobre cómo someter sus cacerolas y platos a la prueba para detectar la presencia de plomo.

## EL PLOMO SE ENCUENTRA EN muchos lugares de trabajo.

- Hable con el personal del lugar donde trabaja a fin de informarse si usted entra en contacto con el plomo en su trabajo. Los lugares de trabajo donde se encuentra el plomo incluyen:
  - lugares en donde las personas trabajan con radiadores o baterías, o en donde realizan tareas de soldadura
  - lugares construidos antes de 1978 que están siendo pintados o remodelados
- Si trabaja cerca del plomo, cámbiese la ropa y los zapatos de trabajo y lávese o tome una ducha antes de entrar a su casa.

## Los siguientes productos con FRECUENCIA CONTIENEN PLOMO:

- **remedios caseros** (polvos de color anaranjado o amarillo brillante, o blanco) como Greta, Azarcon, Paylooh o Liga
- **cosméticos** como Kohl y Surma
- **algunos dulces importados**, particularmente los dulces provenientes de México que están elaborados con tamarindo