

## FUENTES POTENCIALES DE PLOMO

- Pintura vieja, especialmente si esta descascarándose o si la pintura se esta pelando, o si la casa recientemente tuvo reparaciones o remodelaciones.
- Polvo en el hogar, que contiene plomo
- Tierra que contiene plomo
- Algunos platos importados, ollas, vasijas de agua. Algunas vajillas mas viejas, especialmente si están rajadas, astilladas y desgastadas.
- Ropa y zapatos de trabajo, si tiene trabajo relacionado al plomo.
- Algunas comidas, dulces, especias de otros países.
- Algunas joyas, juguetes y otros productos de consumo.
- Algunos remedios caseros y maquillajes tradicionales.
- Pesas para pescar de plomo y balas de plomo.
- El agua, especialmente si los materiales de la tubería contienen plomo.

## SINTOMAS DE LA EXPOSICION AL PLOMO:

La mayoría de los niños envenenados con plomo no parecen o no se comportan como si estuvieran enfermos. Los síntomas, si los hay, pueden confundirse con las quejas comunes de los niños, como dolor de estomago, irritabilidad, dolor de cabeza o perdida del apetito.



## OPCIONES PARA UN EXAMEN DE PLOMO EN LA SANGRE



Un análisis de plomo en la sangre es gratis si tiene Medi-Cal o si esta en el Programa de Salud y Prevención de Discapacidades de Niños (CHDP). Los niños que tienen Medi-Cal o CHDP, Head Start, WIC, o están en riesgo al envenenamiento de plomo, deben ser examinados a la edad de 1 y 2 años. Planes de salud también pagan por este examen. Pregúntele al doctor de su niño, sobre un examen de plomo en la sangre.

Para mas información, visite el sitio web del Departamento de California Prevención de Envenenamiento de Plomo [www.cdph.ca.gov/programs/clppb](http://www.cdph.ca.gov/programs/clppb), o llamar al (510) 620-5600

(La información e imágenes que se encuentran en esta publicación están adaptadas del Departamento de California de Salud Pública de el Programa de Niños para la Prevención de Envenenamiento del Plomo

## EFFECTOS A LA EXPOSICION DE PLOMO



Niños de 1-6 años de edad están a más alto riesgo al envenenamiento de plomo.

- Envenenamiento de plomo puede dañar al sistema nervioso y el cerebro de un niño cuando todavía se están formando, causando los problemas de aprendizaje y comportamiento por el resto de su vida.
- El plomo puede causar recuento sanguíneo bajo (anemia).
- Incluso pequeñas cantidades de plomo en el cuerpo puede dificultar que los niños aprendan, presten atención, y tengan éxito en la escuela.
- Cantidades altas de exposición al plomo pueden dañar el sistema nervioso, los riñones y otros órganos vitales. Exposición muy alta puede causar ataques de convulsiones o hasta fallecimiento.

## DATOS DE EL ENVENAMIENTO POR EL PLOMO

- La acumulación de plomo en el cuerpo se conoce como el envenenamiento de plomo.
- El plomo es un metal natural que se ha utilizado en muchos productos y es dañino para el cuerpo humano.
- No se conoce ningún nivel seguro de plomo en el cuerpo.
- Pequeñas cantidades de plomo en el cuerpo pueden causar problemas de aprendizaje y de comportamiento durante toda la vida.
- El envenenamiento de plomo es una de las enfermedades ambientales más comunes en los niños de California.
- Los Estados Unidos ha tomado muchas medidas para eliminar las fuentes de plomo, pero el plomo todavía está a nuestro alrededor.

### EN LOS ESTADOS UNIDOS:

- El plomo en la pintura de casa fue drásticamente reducida en 1978.
- Soldadura de plomo en latas de alimentos fue prohibido 1980.
- El plomo en la gasolina fue eliminado a principios de los 1990s.



### PLOMO EN EL AGUA POTABLE

La única manera de saber si el agua potable tiene plomo, es examinar el agua.

### El agua potable es más probable que tenga plomo si:

- Los materiales de plomería, incluyendo los accesorios, la soldadura (utilizada para unir metales) o las líneas de servicio tienen plomo.
- El agua no proviene de un sistema público de agua (por ejemplo, un pozo privado, una pila de agua).



### Para reducir cualquier exposición posible al plomo en el agua potable:

- **Enjuague las tuberías en su casa**  
Deje correr el agua por lo menos 30 segundos antes de usarla para cocinar, beber, o para la fórmula para bebés (si se usa). Si el agua no se ha usado durante 6 horas o más, deje correr el agua hasta que se sienta fría (1-5 minutos).\*
- **Use sola agua fría potable para cocinar, beber, o fórmula para bebé (si se usa).** Si el agua necesita calentarse, use agua fría y caliente el agua en la estufa o en el microondas.
- **Cuidar la plomería**  
La soldadura de plomo no debe usarse para trabajos de plomería. Retire periódicamente los filtros del grifo y deje correr el agua por 3 a 5 minutos.\*

- **Filtre su agua**— Considere usar un filtro de agua, certificado para eliminar el plomo.



### ADVERTENCIA!

Algunos cantaros de agua tienen plomo. No le dé agua a un niño de una cántaro de agua a menos que sepa que la vasija no tiene plomo.

(\*Consejo para ahorrar agua: Use el agua que deja correr para regar plantas que no están destinadas para comer.)

Para información sobre cómo analizar su agua en el contenido de plomo, visite el sitio web de la Agencia de Protección Ambiental [www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead](http://www.epa.gov/lead/protect-your-family-exposures-lead) o llame (800) 426-4791.

También puede visitar el sitio web del Departamento de Salud Pública de California <https://www.cdph.ca.gov>.

