

Seguridad con el plomo 101: Mantenga a su familia a salvo del plomo

¿QUÉ ES EL PLOMO?

El plomo es un metal natural que puede encontrarse en todas las partes de nuestro entorno: el aire, el suelo, el agua e incluso dentro de nuestras casas. Con una exposición suficiente, puede tener efectos negativos sobre la salud.

¿CUÁLES SON LAS FUENTES DE EXPOSICIÓN AL PLOMO?

Dentro del hogar::

- Pinturas con base de plomo en casas antiguas (construidas antes de 1978). Es la fuente más común de exposición al plomo.
- Agua potable procedente de tuberías, grifos y accesorios de fontanería de plomo (más frecuente en viviendas construidas antes de 1986).
- Artículos antiguos y de época (fabricados antes de 1978), como joyas y platería.
- Juguetes, sobre todo antigüedades (fabricadas antes de 1978) y otros importados de otros países
- Especias, caramelos y hierbas medicinales
- Cosméticos y polvos ceremoniales

Exterior de la vivienda:

- Suelo
- Peligros derivados de determinados trabajos y aficiones, como la construcción, la fabricación, la renovación y la cristalería.
- Contaminantes atmosféricos procedentes de fuentes industriales como incineradoras de residuos, procesamiento de metales y gases de aviación utilizados en aviones con motor de pistón. El plomo también puede liberarse al aire por prácticas inadecuadas de renovación del hogar.

¿QUIÉNES CORREN MÁS RIESGO DE SUFRIR EFECTOS SOBRE LA SALUD POR LA EXPOSICIÓN AL PLOMO?

Los niños menores de 6 años: A esta edad, el organismo de los niños se desarrolla rápidamente y es más probable que absorban plomo si se exponen a él. Además, los niños pequeños tienden a llevarse las manos u otros objetos a la boca, lo que provoca la ingestión de plomo. La exposición al plomo a esta edad puede perjudicar el desarrollo de los niños.

Personas embarazadas: La exposición al plomo durante el embarazo puede perjudicar el desarrollo del bebé, provocar en el niño problemas de aprendizaje o de comportamiento y aumentar el riesgo de aborto o parto prematuro.

¿LA EXPOSICIÓN AL PLOMO PRODRIA PERJUDICAR A OTROS ADULTOS POR FUERA DEL GRUPO DE LAS PERSONAS EMBARAZADAS?

A partir de los 6 años, el cuerpo no absorbe el plomo con tanta facilidad, por lo que la exposición debe ser significativa para que se produzcan efectos sobre su salud. Los adultos con riesgo de envenenamiento por plomo son los que trabajan en determinadas industrias que pueden causar altos niveles de exposición al plomo, como la industria manufacturera y la construcción.

¿CUÁLES SON LOS POSIBLES EFECTOS SOBRE LA SALUD DE LA EXPOSICIÓN AL PLOMO?

En niños menores de 6 años:

- Daños en el cerebro y el sistema nervioso
- Crecimiento y desarrollo más lentos
- Problemas de aprendizaje y comportamiento
- Problemas de habla y audición

En personas embarazadas:

- Mayor riesgo de aborto
- Provocar que el bebé nazca demasiado pronto o demasiado pequeño
- Dañar el cerebro, los riñones y el sistema nervioso del bebé
- Causar al niño problemas de aprendizaje o de comportamiento

En trabajadores de industrias de alto riesgo:

- Por exposición elevada durante un corto período de tiempo:
 - Sabor metálico
 - Dolor abdominal, náuseas, vómitos
 - Diarrea o estreñimiento
 - Deshidratación, dolor de cabeza, agotamiento, irritabilidad, debilidad
 - Pérdida de memoria y apetito
 - Dolor u hormigueo en manos o pies
- Por una exposición elevada durante un largo periodo de tiempo:
 - Disminución de la función pulmonar
 - Aumento del riesgo de hipertensión, problemas cardiovasculares y daño renal
 - Pérdida de dientes o densidad en los huesos
 - Aumento de las infecciones en general
 - Problemas de fertilidad tanto en hombres como en mujeres

¿CÓMO PUEDO REDUCIR EL RIESGO DE EXPOSICIÓN AL PLOMO DE MI FAMILIA?

En los hogares:

- En las casas construidas antes de 1978, haga que analicen la pintura con plomo y, si la encuentran, que la retire un profesional. No haga reformas sin la ayuda de un profesional. Esto puede liberar más polvo de plomo en el aire.
- Haga analizar el agua potable en busca de plomo, sobre todo en las casas construidas antes de 1986.
- No deje que sus hijos jueguen con juguetes fabricados antes de 1978.
- No deje que sus hijos utilicen otros productos antiguos, como joyas y cubiertos fabricados antes de 1978.
- No compre especias en el extranjero. Solo compre productos nacionales. Los productos nacionales tienen normas de seguridad más estrictas y es más probable que hayan sido analizados en busca de metales pesados.
- Manténgase al día sobre los alimentos y productos que el FDA retira del mercado debido a posibles contaminaciones. Búsquelo en: www.FDA.gov y www.CPSC.gov. (FDA: Food Drug Agency, Agencia de Drogas y Alimentos; CPSC: U.S. Consumer Safety Commission: Comisión Americana del Consumidor).

Fuera de casa:

- No dejes que los niños jueguen en el suelo desnudo.
- Enseñe a los niños a no comer tierra.
- Haga que los niños y los adultos se laven las manos y se quiten los zapatos al entrar al interior de la casa.
- Aleje las zonas de juego de los laterales de la casa, donde el plomo de la pintura puede crear polvo de plomo e introducirse en el suelo.
- Cubra el suelo con trozos de madera, madera triturada (mulch), césped, pulgadas de tierra limpia u otros materiales.

¿CÓMO PUEDO SABER SI HA HABIDO EXPOSICIÓN AL PLOMO?

Los análisis de sangre pueden determinar si ha habido exposición al plomo. Hable con el pediatra de su hijo para solicitar la prueba. Si está embarazada, el análisis de plomo en sangre forma parte de los cuidados prenatales. Si no está embarazada y desea someterse a la prueba, hable con su médico sobre los factores de riesgo, como si tiene un trabajo de alto riesgo, como la fabricación o la construcción, para determinar si la prueba es necesaria.

Recursos:

1.



ENCUENTRE UN INSPECTOR DE PLOMO

2.



INFORMACIÓN SOBRE LA SEGURIDAD CON EL PLOMO EN LA PÁGINA DEL CDC.

3.



INFORMACIÓN SOBRE LA SEGURIDAD DEL PLOMO DE LA PÁGINA DEL EPA

4.



SOLICITE UN KIT DE PRUEBA DE PLOMO EN EL AGUA: (para los residentes de Durham con casas construidas antes de 1986) | Llame al 919-560-1200

5.



**DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DEL CONDADO DE DURHAM
INFORMACIÓN SOBRE SEGURIDAD CON EL PLOMO**

1. Find a home lead inspector: <https://schs.dph.ncdhhs.gov/lead/accredited.cfm>
2. CDC lead safety info: [CDC.gov/lead](https://www.cdc.gov/lead)
3. Información sobre la seguridad del plomo de la página del EPA: [EPA.gov/lead](https://www.epa.gov/lead)
4. Solicite un Kit de Prueba de Plomo en el Agua: <https://www.durhamnc.gov/5108/Lead-Safe-Durham>
5. Departamento de Salud Pública del Condado de Durham Información Sobre Seguridad con el Plomo : [DCoPublicHealth.org/Lead](https://www.durhamnc.gov/5108/Lead-Safe-Durham)