



LOS EFECTOS DE LA EXPOSICIÓN AL PLOMO

Los niños de edades 1 al 6 corren el riesgo más alto de envenenamiento por plomo.

- El envenenamiento por plomo puede dañar el sistema nervioso y el cerebro de un niño cuando aún se está desarrollando, lo que causa problemas de aprendizaje y comportamiento que podrían durar toda la vida.
- El plomo puede causar una disminución de glóbulos rojos en la sangre (anemia).
- Aún cantidades pequeñas de plomo en el cuerpo pueden dificultarles a los niños el aprendizaje, la concentración y el éxito escolar.
- La exposición al plomo en cantidades más grandes puede dañar el sistema nervioso, los riñones y otros órganos importantes. La exposición demasiado alta puede ocasionar convulsiones o la muerte.

DATOS SOBRE EL ENVENENAMIENTO POR PLOMO

- La acumulación de plomo en el cuerpo se conoce como envenenamiento por plomo.
- El plomo es un metal natural que ha sido usado en muchos productos y es nocivo para el cuerpo humano.
- No existe un nivel de plomo que sea seguro en el cuerpo.
- Cantidades pequeñas de plomo en el cuerpo pueden causar problemas de aprendizaje y de comportamiento de toda la vida.
- El envenenamiento por plomo es una de las enfermedades ambientales más comunes en los niños de California.
- Los Estados Unidos han tomado muchas medidas para deshacerse de las fuentes de plomo, pero el plomo aún está a nuestros alrededores.

EN EE. UU.:

- En 1978 el plomo en la pintura de las casas fue severamente reducido.
- En los años 80 se prohibieron las soldaduras de plomo en las latas de comida.
- A principios de los años 90 se eliminó el plomo en la gasolina.



EL PLOMO EN EL AGUA DEL GRIFO

La única manera de saber si el agua del grifo contiene plomo es analizándola.



Es más probable que el agua del grifo tenga plomo si:

- Las materias de plomería, incluyendo instalaciones fijas, soldaduras (utilizadas para unir metales) o líneas de servicio contienen plomo.
- El agua no viene de un sistema de agua público (por ejemplo, un pozo privado).

Para reducir cualquier posible exposición al plomo en el agua del grifo:

- **Deje correr el agua para limpiar la tubería en su hogar**
Deje correr el agua por lo menos 30 segundos antes de usarla para cocinar, beber o preparar fórmula para su bebe (si la usa). Si el agua no se ha usado en las últimas 6 horas o más, deje correr el agua hasta que esté fría (1 a 5 minutos).*
- **Solo use agua fría del grifo para cocinar, beber o preparar la fórmula del bebe (si la usa)**
Si el agua necesita ser calentada, use agua fría y caliéntela en la estufa o en el microondas.
- **Cuide de su tubería**
No se debe usar soldaduras de plomo para trabajos de plomería. Periódicamente remueva coladores de grifería y deje correr el agua 3 a 5 minutos.*

- **Filtre su agua**

Considere el uso de un filtro de agua certificado para eliminar el plomo.

¡ADVERTENCIA! Algunas vasijas de agua contienen plomo. No le dé a un niño agua de una vasija a menos que usted sepa que esta no contiene plomo.



(*Cómo ahorrar agua: Colecte el agua corriente y úsela para regar las plantas que no se coman).

- Para información sobre pruebas de detección de plomo en el agua, visite el [sitio web](#) de la Environmental Protection Agency (Agencia de Protección Ambiental) o llame al (800) 426-4791. También puede ir al sitio web del California Department of Public Health (Departamento de Salud Pública de California) en www.cdph.ca.gov.



FUENTES POTENCIALES DE PLOMO

- Pintura vieja, especialmente si tiene roturas o está descascarada o si la casa ha sido reparada o remodelada
- Polvo del hogar
- Tierra
- Algunos trastes, ollas y vasijas de agua importados. Algunas vajillas viejas, especialmente si tienen grietas, roturas o desgastes
- Ropa y zapatos de trabajo que traiga puestos si trabaja en contacto con el plomo
- Algunas comidas, dulces y especias de otros países
- Algunas joyas, juguetes y otros productos de consumo
- Algunos remedios caseros tradicionales y cosméticos tradicionales
- Pesas de plomo para pescar y balas de plomo
- Agua, especialmente si materias de plomería contienen plomo

LOS SÍNTOMAS DE ENVENENAMIENTO POR PLOMO



La mayoría de los niños que padecen envenenamiento por plomo no se ven o actúan enfermos. Los síntomas, si los hay, pueden ser confundidos con quejas comunes de la infancia como dolor de estómago, mal humor, dolores de cabeza o pérdida de apetito.



Un análisis de sangre para detectar el plomo es gratis si tiene Medi-Cal o si está en el Child Health and Disability Prevention Program (Programa para la Salud y Prevención de Discapacidades en los Niños [CHDP]). Los niños bajo Medi-Cal, CHDP, Head Start, WIC o en riesgo del envenenamiento por plomo deben ser examinados a la edad de 1 y 2 años. Los planes de seguro médico también pagan por este examen. Pregúntele al doctor de su hijo acerca de los análisis de sangre para detectar el plomo.

Para más información, visite el [sitio web](#) de la California Childhood Lead Poisoning Prevention Branch (Oficina de Prevención de Envenenamiento por Plomo en los Niños) o llame al (510) 620-5600.

La información e imágenes que se encuentran en esta publicación fueron adoptadas del Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo en los Niños del Departamento de Salud Pública de California.