



## Evitar la exposición al plomo



### Descripción general

El plomo es un metal altamente tóxico. Se puede encontrar en cosas tales como la pintura, el polvo, el agua y el suelo. El plomo puede acumularse en su cuerpo y dar lugar a una enfermedad llamada "envenenamiento por plomo". Esta enfermedad es especialmente peligrosa para los niños. Las siguientes son algunas formas en las que usted puede protegerse a sí mismo y a su familia de la exposición al plomo.

### Pintura a base de plomo

Primero, si su casa fue construida antes de 1978, haga que verifiquen si tiene pintura a base de plomo. Esta pintura se utilizaba comúnmente en las casas antiguas. Con el paso de los años, la pintura se agrieta y se pela, liberando polvo de plomo. Usted inhala este polvo. Puede depositarse sobre las superficies que usted toca. Este puede depositarse en los juguetes y las manos de un niño y, es posible que lo ingiera. Si su casa tiene pintura con plomo, haga que la pintura sea tratada o eliminada. Mientras se completa este proceso, mantenga a sus hijos alejados de la pintura astillada o pelada. Cúbrala con cinta adhesiva de tela (Duct Tape) o papel autoadhesivo (Contact). Utilice una toalla de papel mojada o un trapeador humedecido para eliminar regularmente el polvo de las superficies. Lave con frecuencia los juguetes y las manos.

### Agua y suelo

También es aconsejable que haga analizar el agua y el suelo de su casa en busca de plomo. El plomo puede ingresar en el agua que usted consume cuando las tuberías y las soldaduras viejas se corroen. Puede encontrarse en su suelo si usted vive cerca de una autopista. Esto se debe a que la gasolina solía contener plomo y los gases del escape pueden haberlo dejado caer en su suelo. La única manera de saberlo con certeza es haciéndolo analizar.

### Hágale análisis a sus hijos

Si está preocupado de que su familia haya estado expuesta al plomo, entre en acción. Un médico puede hacer un análisis de sangre en busca de envenenamiento por plomo; por lo tanto, haga que a sus hijos les practiquen la prueba. Hable con su médico para obtener más información acerca del plomo.