

## ¿Qué puedo hacer para proteger a mis niños del plomo?

- ➔ Mantenga a los niños alejados de fragmentos de pintura y polvo de plomo.
- ➔ Cuando realice trabajos de lijado o raspado de pintura en su casa o se esté trabajando en superficies pintadas, mantenga a los niños fuera de la casa. 
- ➔ Limpie con frecuencia el piso con un trapeador húmedo y pásele un trapo húmedo a las superficies que pudiesen acumular polvo. 
- ➔ Limpie con un trapo húmedo los pozos de las ventanas de emergencia o escape.
- ➔ Láveles las manos a los niños frecuentemente, especialmente antes de comer y tomar la siesta. 
- ➔ Lave con frecuencia los juguetes, especialmente los usados para la dentición. 
- ➔ Utilice agua fría para cocinar y para mezclar la leche de los niños.

Vea al reverso otros consejos →

## ¿Qué puedo hacer para proteger a mis niños del plomo?

- ➔ Proporcione a su familia alimentos ricos en hierro y calcio; tales como guisantes, frijoles y productos lácteos. 
- ➔ No traiga a su casa plomo del trabajo (como es el caso de personas que trabajan en construcción, plomería o pintura).
- ➔ Lave la ropa de trabajo separadamente, y no use los zapatos de trabajo en su casa. 
- ➔ Tenga cuidado con los pasatiempos en los que se utiliza plomo (como por ejemplo en señuelos para la pesca, cristales de colores o en balas).
- ➔ Utilice solamente vajillas que no contengan plomo.

*Información adaptada del material del Programa de Prevención de Envenenamiento Infantil por Plomo, del Departamento de Salud del estado de Nueva York*

Joanne M. Mahoney  
County Executive



www.ongov.net  
SPANISH

Cynthia B. Morrow, MD, MPH  
Commissioner of Health

## El plomo puede envenenar a la gente

**El plomo es dañino especialmente para los niños pequeños y las mujeres embarazadas.**



**Departamento de salud  
del condado de Onondaga  
Programa de Control de  
Envenenamiento por Plomo  
435-3271**

## Si el plomo entra en el cuerpo de un niño, le puede causar...

- problemas de aprendizaje
- problemas de comportamiento
- problemas de crecimiento
- pérdida de la audición
- daño a los riñones
- anemia

➔ **El plomo es perjudicial para la mujer embarazada y para el bebé por nacer.**

## ¿De dónde proviene el envenenamiento por plomo en los niños?



La fuente más común es la pintura a base de plomo. Si la pintura a base de plomo se altera

físicamente, ésta se puede convertir en polvo de plomo el cual no es visible a simple vista. Este polvo de plomo puede llegar a las manos y a la boca de los niños.

Otras fuentes de plomo incluyen: tierra, juguetes, joyería, vajilla / cerámica, plumadas de pesca, tuberías de agua y algunos remedios caseros.

## ¿Cuáles son las señales de envenenamiento por plomo?

Entre ellas se pueden incluir dolores de estómago, irritabilidad y cansancio.

Pero generalmente NO hay señales.



➔ **La única manera de saberlo es por medio de un análisis de sangre.**

## ¿A qué edad se les debe hacer a los niños este análisis de sangre?

- A todo niño se le debe hacer la prueba a la edad de un año, y nuevamente a los dos años.
- Si usted está embarazada, entonces podría necesitar la prueba de nivel de plomo en la sangre.

➔ **Si desea más información sobre la prueba de nivel de plomo en la sangre, comuníquese con su médico o llame al departamento de salud al 435-3271.**

## ¿Qué debe hacer si las pruebas de sangre revelan un problema?

- Su médico y el departamento de salud pueden ayudarle.
- Es importante que sepa cuál es la fuente del problema para poder resolverlo.
- El lavado de manos más frecuente y los cambios en la dieta, ayudarán a resolver el problema.
- Si el nivel de plomo en la sangre es muy elevado, el niño necesitará medicamentos para eliminarlo del cuerpo.
- Es necesario que al niño se le haga otro análisis de sangre para asegurarse que el nivel de plomo en la sangre no ha aumentado.

➔ **Incluso, una vez que el nivel de plomo en la sangre ha disminuido, el niño necesitará más análisis de sangre, y así asegurarse que el niño se mantiene sano.**

