



DEPARTAMENTO DE SALUD DEL ESTADO DE NUEVA YORK
PROGRAMA DE PREVENCIÓN DE ENVENENAMIENTO POR PLOMO EN LOS NIÑOS

El plomo envenena a la gente.

Es especialmente malo para los niños.

Si el plomo es digerido por un niño(a), puede causar:

- un cociente de inteligencia más bajo
- problemas en el comportamiento
- problemas en el crecimiento
- anemia
- daño a los riñones
- pérdida del oído

Se puede encontrar plomo en pinturas viejas, polvo, tierra y agua. Algunos remedios caseros asiáticos e hispanos para el dolor del estómago también contienen plomo. Se puede encontrar plomo, además, en los cosméticos importados desde el Medio Oriente.

¿Cómo se hace el examen de plomo en la sangre?

- Se toma una pequeña cantidad de sangre de un pinchazo en el dedo o la vena, y se examina la sangre para encontrar plomo. Se puede tomar la sangre en el consultorio médico, hospital, clínica o laboratorio. Si usted no sabe a dónde llevar su niño(a) para el examen, llame a su departamento de salud local.

¿Qué causa el envenenamiento por plomo en los niños?

- La causa más común es polvo de pintura vieja que tiene una base de plomo. Si los pisos tienen polvo de la pintura vieja de las paredes, o fragmentos de pintura, un bebé puede chupar las manos o juguetes cubiertos de polvo de plomo o inhalar el polvo de plomo. Algunos niños pequeños que empiezan a caminar comen fragmentos de pintura, tierra, o lamen o mastican y el marco de las ventanas o la baranda de las escaleras que son pintados con pintura que contiene plomo.

Hay pasos que los padres pueden tomar para prevenir el envenenamiento por plomo en los niños.

- Mantener los niños alejados de pintura que está despostillándose y de yeso roto.
- Lavar sus manos frecuentemente para quitar cualquier polvo o tierra con plomo.
- Lavar los juguetes de su niño(a) frecuentemente, especialmente aquellos que son utilizados por el niño(a) a quien le están nasciendo los dientes.
- Usar agua fría – no caliente – para la fórmula de infantes o para cocinar. Dejar correr el agua fría por un minuto antes de usar para quitar el plomo de las tuberías.
- Guardar comida de latas abiertas en recipientes de vidrio o plástico.
- Usar platos que son fabricados sin plomo. Algunos platos pueden contener plomo en los vidriados. No usar platos rotos para guardar o servir comida.
- Tener cuidado con sus pasatiempos. Algunas artesanías usan pinturas, vidriados y soldadura. Muchos de estos contienen plomo.
- No llevar plomo a la casa desde el trabajo. Personas que trabajan en construcción, plomería, pintura, reparación de automóviles y ciertos otros trabajos pueden estar expuestos al plomo.
- Lavar la ropa del trabajo por separado.
- Mantener los niños alejados de sitios donde hay remodelación y renovación. Las pinturas viejas pueden contener plomo.
- Evitar que los niños jueguen en la tierra, especialmente alrededor de las bases de edificios viejos, y cerca a las calles y carreteras. Usar una caja de arena en vez de dejarles jugar en la tierra.
- Cuando las ventanas estén abiertas por calor, lavar los aleros y el marco de las ventanas cuando vea polvo y –por lo menos– una vez al mes.
- Llame al departamento de salud local para información sobre los profesionales que pueden manejar problemas con pinturas con base de plomo.

Dar de comer a su familia alimentos que previenen el envenenamiento de plomo.

- Los alimentos que contienen hierro y calcio pueden ayudar a prevenir el envenenamiento de plomo.

Alimentos que contienen hierro – frijol/arveja seca, carne de res/puerco sin grasa, pollo/pavo, espinaca, grano integral/panes fortificados, huevos, atún y algunos vegetales verdes

Alimentos que contienen calcio – queso, leche, yogurt, helado, batidos de leche, pudín, cremas (sopas), pizza, lasaña, macarrones y queso

Dar de comer a los niños bocaditos saludables: un niño(a) con el estómago vacío absorbería más plomo.

En las visitas para niños sanos cuando tienen 1 y 2 años, su doctor debe tomar una muestra de sangre para chequear los niveles elevados de plomo en la sangre, sin importar las respuestas que usted de a las preguntas de evaluación de riesgo. Los niños entre 9 y 36 meses de edad tienen mayor riesgo de los efectos de plomo.

En cada visita rutinaria para niños sanos, su doctor debe evaluar a los niños de 6 a 72 meses de edad por riesgo a una exposición a altas dosis de plomo. Una muestra de sangre debe ser tomada a aquellos niños que se encuentran en alto riesgo.