

¿QUÉ?

- El envenenamiento por plomo ocurre cuando un niño come o inhala polvo que contiene plomo. El envenenamiento por plomo es un problema serio de la salud y ocurre más frecuentemente que lo que usted piensa. Rastros de plomo pueden ser encontrados en muchas cosas, por lo cual, muchos niños corren peligro de ser expuestos al plomo.

¿QUIÉN?

- Los niños de 6 meses a 6 años de edad corren el mayor riesgo de envenenamiento por plomo. Los niños pequeños ponen muchos objetos en sus bocas, y algunos de estos pueden contener o tener plomo por encima.
- Los bebés están especialmente a riesgo porque sus cuerpos en desarrollo absorben el plomo más fácilmente. El envenenamiento por plomo puede retrasar el desarrollo de su hijo y puede causar problemas de aprendizaje y conducta.
- A las mujeres embarazadas también se les advierte que tomen precauciones contra el plomo, ya que esto puede causar daño al bebé aún no nacido.



HAGALE LA PRUEBA A SU HIJO(A)

- Todos los niños DEBEN tener una prueba de sangre para detectar el plomo a los 12 meses de edad y también a los 24 meses de edad o por lo menos una prueba antes de cumplir los 6 años si son mayores de 24 meses de edad y nunca han tenido una prueba de sangre para detectar el plomo.
- Los niños pueden empezar a ser examinados para plomo a los 6 meses.
- Los niños deberían ser evaluados anualmente hasta los 6 años de edad para determinar si necesitan pruebas adicionales.
- Su doctor o clínica puede evaluar a su hijo(a) por el riesgo al plomo al hacer preguntas acerca de su hogar, ambiente, y los hábitos de su hijo(a).
- Si su hijo(a) está a alto nivel de riesgo de exposición al plomo, pueda que necesite otras pruebas de sangre, no constante las obligatorias a los 12 meses y 24 meses de edad.
- Las mujeres embarazadas también deben preguntarles a sus médicos si necesitan una prueba de sangre para detectar el plomo ya que ser expuesto al plomo durante el embarazo puede causar parto prematuro o peso bajo al nacer.

¿QUÉ NIVEL ES MUY ALTO?

No existe un nivel 'seguro' de plomo en la sangre, pero su médico le puede decir si el nivel de plomo en la sangre es uno en que se debe tomar acción. Si el nivel de plomo en la sangre de su hijo(a) es alto, necesitará continuar los análisis de sangre cada dos o tres meses para asegurar que el nivel esté bajando.

¡RECUERDE, EL PASO MÁS IMPORTANTE ES REMOVER O REDUCIR LAS FUENTES DE PLOMO ALREDEDOR DE SU HIJO(A)!

¡QUITE EL PLOMO!

Para más información, contacte:

- Su médico o clínica
- Su departamento de salud del condado local
- El Programa de la Prevención del Envenenamiento por Plomo en la Niñez de Oklahoma
1.800.766.2223
405.426.8311
- El Centro de Información Nacional Acerca del Plomo
1.800.424.5323



OKLAHOMA
State Department
of Health

La financiación fue posible gracias al Centers for Disease Control and Prevention (CDC), número de concesión es CDC-RFA-EH21-2102, proveído por Screening & Special Services, El Departamento de Salud del Estado de Oklahoma (OSDH). El Departamento de Salud del Estado de Oklahoma (OSDH) es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. Copias han sido depositadas con Publications Clearinghouse del Departamento de Bibliotecas de Oklahoma y están disponibles para bajar en documents.ok.gov. Esta publicación ha sido presentada en cumplimiento con la sección 3-114 del título 65 de los Estatutos de Oklahoma. | September 2023 | 19125



QUITE EL PLOMO

**CÓMO PROTEGER A
LOS NIÑOS CONTRA EL
ENVENENAMIENTO POR
PLOMO**

CONSEJOS PARA REDUCIR EL RIESGO DE ENVENENAMIENTO POR PLOMO



CONSEJOS DE MANTENER EL HOGAR (SI USTED VIVE EN UNA CASA CONSTRUIDA ANTES DE 1978)

- Use agua con un poco de jabón o detergente para limpiar pedacitos de pintura despegada de las ventanas, puertas, o carpintería.
- Cubra las superficies que son difíciles de limpiar con plástico o cinta para ductos para mantener los pedacitos de pintura contenidos para que los pedacitos de pintura no caigan a otras superficies.
- Limpie el polvo del hogar usando trapos o un trapeador húmedo una vez por semana.
- Use un trapo o un trapeador húmedo con detergente o producto de limpieza general.
- Lave los trapos aparte del resto del lavado de ropa.
- No queme periódicos viejos, bolsas de pan, libros cómicos o revistas. A veces se imprimen con tinta de plomo.
- Lave la ropa de trabajo de los adultos que trabajan con plomo aparte de la ropa del resto de la familia.
- Revise las prácticas de normas de seguridad contra el plomo cuando haciendo trabajos de remodelación o renovación en el hogar.

LIMPIEZA



- Lávele las manos y caras de sus hijos antes de que coman o duerman y después de que hayan jugado afuera.
- Lave las tapas de los biberones y los chupones cada vez que caen al suelo o el piso.
- Lave los juguetes frecuentemente y quite cualquier juguete que usted sospecha pueda contener plomo.
- Lave las frutas y los vegetales antes de consumirlos.
- Lave sus manos y encimeras antes de preparar comida.

COMA COMIDAS BALANCEADAS



- Dele a sus hijos tres comidas saludables y dos bocaditos nutritivos al día.
- Dele a sus hijos comidas con alto contenido de hierro y calcio, como carnes bajo en grasa, huevos, verduras de hoja verde, leche, papas, cereales fortificados, y frutas.
- No guarde alimentos en latas abiertas, cerámica glaseada, o contenedores de cristal con plomo.

USE AGUA FRÍA



- Las casas más viejas pueden tener instalaciones o tuberías que contienen plomo y este puede depositarse en el agua, casas nuevas pueden tener tuberías que han sido soldadas con plomo.
- Deje correr el agua fría de la grifa por unos minutos antes de usarla para cocinar o beber.
- No use agua caliente de la grifa para cocinar, beber, o preparar fórmula de bebé.
- Si usted tiene alguna duda, puede comprar un filtro o un sistema de filtración para el agua de beber que tenga el propósito de remover el plomo.

EVALUACIÓN POR PLOMO

Todos los niños en Oklahoma deben recibir una prueba de sangre a los 12 meses y también a los 24 meses de edad.

