



Lo Que Usted Necesita Saber Sobre el Envenenamiento por Plomo

A pesar de leyes establecidas en los años 1970 para informar a personas sobre los peligros del plomo y sus efectos venenosos, el envenenamiento por plomo en niños continúa siendo un problema de salud ambiental común en los Estados Unidos, aún cuando éste puede prevenirse. Al entender, identificar y remover de manera segura las fuentes del plomo, podemos asegurar la salud de los niños a largo plazo y prevenir sus efectos devastadores e irrevocables.

¿Qué es el envenenamiento por plomo?

El plomo es un metal tóxico utilizado en una gran variedad de productos y materiales, incluyendo pintura, cortinas de tiro de vinilo, tubería, vidrio con plomo, vajilla y barnices de alfarería. Cuando el plomo es absorbido en el cuerpo, puede causar daño grave a órganos vitales como el cerebro, los riñones, los nervios y las células de la sangre. El envenenamiento por plomo es especialmente perjudicial a niños menores de seis años de edad.

¿Cuáles son los efectos del envenenamiento por plomo sobre la salud de los niños?

El plomo interfiere con el desarrollo y funcionamiento de casi todos los órganos del cuerpo, particularmente los riñones, los glóbulos rojos y el sistema nervioso central.

El envenenamiento por plomo es mucho más grave cuando los niños son expuestos al plomo. Debido a que los cuerpos de los niños no están completamente desarrollados, el envenenamiento por plomo puede causar:

- ▶ Daños al cerebro, hígado y riñones;
- ▶ Desarrollo lento;
- ▶ Problemas de aprendizaje o de comportamiento;
- ▶ Reducción del intelecto (o del Cociente Intelectual [IQ, por sus siglas en inglés]);
- ▶ Pérdida de audición; e
- ▶ Inquietud.

¿Cuáles son los síntomas del envenenamiento por plomo?

La mayoría de los niños envenenados con plomo no muestran síntomas externos a menos que los niveles del plomo en la sangre sean extremadamente altos. Como consecuencia, muchos de los niños envenenados con plomo no son diagnosticados o reciben tratamiento. Algunos síntomas de envenenamiento por plomo incluyen:

- ▶ Dolores de cabeza;
- ▶ Dolores de estómago;
- ▶ Náusea;
- ▶ Cansancio; e
- ▶ Irritabilidad.

Debido a que los síntomas del envenenamiento por plomo son parecidos a los de la gripe o un virus, la única manera de saber si un niño está envenenado con plomo es mediante una prueba sencilla de sangre realizada por un médico.

Pruebas de Sangre: La única manera de determinar si hay envenenamiento por plomo es mediante una prueba sencilla de sangre. Los cuerpos de niños entre seis meses y dos años de edad absorben más plomo; por lo tanto, el llevar a cabo pruebas del nivel de plomo en la sangre es especialmente importante para su salud. No obstante, todos los niños menores de seis años de edad deben hacerse pruebas del nivel de plomo en la sangre en la oficina de su pediatra o en un dispensario público, incluso cuando no haya evidencia de problemas de salud.



Para más información sobre envenenamiento por plomo, visite el sitio de Internet de la EPA en www.epa.gov/lead o llame al Centro Nacional de Información sobre el Plomo (The National Lead Information Center) al 1-800-424-LEAD (5323).



¿Cuáles son las fuentes principales del plomo?

Los peligros del plomo pueden encontrarse en varios sitios dentro y fuera de su casa, incluyendo:

- ▶ **Pintura Vieja:** La pintura con base de plomo se encuentra más frecuentemente en casas construidas antes de 1978. Esta pintura no es segura cuando se pela, desprende en trozos, descascara o pulveriza. Debido a que los bebés y los niños pequeños a menudo se meten las manos y otros objetos a la boca, es probable que traguen polvo de plomo o mastiquen trozos de pintura.
- ▶ **Polvo de Plomo:** Este polvo perjudicial e invisible se crea cuando las ventanas, puertas, orillas de escalera, barandas u otras superficies con pintura de base de plomo se desgastan debido a fricción repetida, tal como el abrir y cerrar de ventanas o puertas. Los niños se envenenan más a menudo al consumir polvo de plomo a través del contacto normal entre las manos y la boca. Las mujeres embarazadas que aspiran niveles altos de polvo de plomo pueden transmitir el plomo al feto, causando daño grave.
- ▶ **Importante:** El polvo de plomo puede esparcirse a través de una casa cuando paredes u otras superficies pintadas son lijadas, raspadas, o derribadas. Sólo profesionales entrenados deben remover de manera segura superficies con pintura vieja en una casa.
- ▶ **Tierra:** La tierra en los alrededores de una casa puede estar contaminada debido al descascarse o desprendimiento de trozos de pintura con base de plomo en el exterior. Al jugar afuera, especialmente en tierra descubierta, los niños pueden tragar accidentalmente la tierra contaminada, o transferirla a las alfombras y pisos dentro de la casa en donde ellos pueden ponerse en contacto con la misma.

- ▶ **Agua Potable:** La tubería de plomo instalada en casas antes de 1930 probablemente contiene plomo, el cual es liberado y transferido al agua potable según ésta pasa a través de la tubería vieja. Entre 10 y 20 por ciento del contacto total con plomo que tiene un niño que no está envenenado con plomo proviene del agua potable.
- ▶ **Comida:** El plomo puede transferirse a alimentos o bebidas almacenados en platos de cerámica importados o alfarería.

Otras Fuentes del plomo:

- ▶ **Exposición ocupacional:** Padres que trabajan en industrias relacionadas al plomo (por ejemplo, las industria de pintura, automotriz, o del reciclaje) o que usan plomo en pasatiempos (tal como en vidrieras).
- ▶ **Remedios caseros:** Azarcón o greta.
- ▶ **Cosméticos:** Kohl y kajal.

¿Cómo puede prevenirse el envenenamiento por plomo?

Debido a que las opciones de tratamiento para el envenenamiento por plomo son limitadas, lo mejor es prevenir el envenenamiento por plomo antes de que éste ocurra. El envenenamiento por plomo puede prevenirse con:

- ▶ **Nutrición Adecuada:** Sírvale a los niños comidas con un alto contenido de **hierro** (tal como huevos, frijoles cocinados o carnes rojas), **calcio** (tal como queso, yogurt o legumbres verdes cocinadas) y **vitamina C** (tal como frutas cítricas, pimientos verdes o tomates). El consumo adecuado de estos nutrientes minimiza la absorción del plomo en el cuerpo de los niños.
- ▶ **Manejo de la Casa Adecuado:** Enseñe y practique hábitos caseros sanos, tal como lavarse las manos antes de comer y dormir, el quitarse los zapatos, el lavar los juguetes de los niños u otras superficies masticables, el comprar cortinas de tiras de vinilo que no contengan plomo y el fregado con agua y secado de pisos y superficies. Contrate a un profesional certificado para que remueva de manera segura las fuentes del plomo en la casa. Asegúrese que los niños y las mujeres embarazadas no permanezcan dentro de la casa mientras se estén llevando a cabo renovaciones.
- ▶ **Cuidado Personal Adecuado:** Lave sus manos y las de sus niños frecuentemente, especialmente antes de comer y dormir.



Para más información sobre envenenamiento por plomo, visite el sitio de Internet de la EPA en www.epa.gov/lead o llame al Centro Nacional de Información sobre el Plomo (The National Lead Information Center) al 1-800-424-LEAD (5323).

