

¿QUÉ ES EL PLOMO?

El plomo es un elemento común que puede ser dañino. El cuerpo no puede distinguir entre el plomo y otros minerales que necesitamos, como el calcio y el hierro, y es absorbido hacia nuestro torrente sanguíneo si es respirado o tragado. Una vez que es absorbido dentro de nuestro torrente sanguíneo, el plomo es depositado dentro de nuestro cerebro y huesos donde puede causar daños serios. **¡Los niños y las mujeres embarazadas están en el más alto riesgo de intoxicación por plomo!**

¿ESTOY EN RIESGO DE EXPOSICIÓN AL PLOMO?

- ¿Usted vive o visita una edificación que fue construida antes de 1978 y que tiene pintura desconchada o descascarada o que está en renovación (polvo)?**

***DATO:** El plomo se puede encontrar en la pintura de las casas construidas antes de 1978. La pintura puede desconcharse teniendo como resultado un polvo contaminado con plomo. Además, las tuberías y accesorios fabricados con plomo pueden contaminar el agua que se usa para tomar y cocinar.*

- ¿La plomería de su casa es de tuberías de plomo o de cobre con soldaduras de plomo?**
- ¿Usted o algún miembro de su familia (que le visita, a quien usted visita o que vive con usted) trabaja en una ocupación (empleo) o tiene un pasatiempo que puede contener plomo?**
Ejemplos que incluyen pero no están limitados a:

Mecánica de autos/chapistería
Granja/Trabajo de granja migratorio
Acabado de muebles
Trabajos de renovación
Pintar carreteras
Trabajo con metal/Soldadura
Fabricación de plásticos
Reparación de radiadores
Hacer balas/Plomadas/Juguetes de plomo
Reparaciones/Remodelaciones de casas

Plomería
Soplado de cristales
Jardinería
Pintura
Imprenta
Fundición de aluminio
Hacer cerámica
Soldadura electrónica
Áreas de gran construcción
Reparaciones y pintura de puentes

Fundición de metales/Chatarras
Centros de reciclaje
Esculturas de metal
Vitales
Reparación de autos/botes
Campo de tiro
Armas de fuego/campo de tiro
Incineración de escombros
Reciclaje y fundición de baterías
Joyas de artesanía/Reparaciones

***DATO:** Algunos trabajos y pasatiempos exponen a las personas al plomo. A veces los productos hechos fuera de los Estados Unidos tales como las persianas de vinilo, vidriado para platos, cosméticos, alimentos y juguetes pueden contener plomo.*

- ¿Alguien cercano a usted, como su niño, hermano, compañero de vivienda o de juego o compañero cercano (de trabajo/hogar/iglesia/escuela) ha sido o está siendo tratado o en estudios por intoxicación por plomo? (nivel de concentración en sangre de o por encima de 15µg/dL)**
- ¿Vive cerca de una carretera principal, altamente transitada donde la tierra/polvo puede que esté contaminada con plomo?**

***DATO:** La tierra alrededor de su hogar podría estar contaminada por el plomo de la gasolina derramada en el pasado y por los insecticidas a base de plomo, y este podría estar sobre o en la tierra, o en cisternas/pozos por muchos años después de la contaminación. Esta tierra puede llegar a las manos de su niño y también el plomo puede ser absorbido desde la tierra por las plantas de crecimiento rápido como la col rizada, la espinaca y otros vegetales de jardín.*

- ¿Usted masca crayones, cerámicas, desconchados de pintura u otra superficie pintada o come tierra?**
- ¿Usted usa remedios caseros o usa recipientes antiguos de cerámica pintada para guardar alimentos, los cuales puede que contengan plomo?**
(véase la página siguiente con un listado de remedios caseros conocidos)

Remedios caseros conocidos que contienen plomo

Azarcón, también conocido como **Ruedo, Corol, Maria Luiso, Alarcón, Ligo**: se usa para enfermedades intestinales

Greta: un polvo amarillo que se usa para enfermedades intestinales

República Dominicana

Litargirio: polvo de color amarillo melocotón que se usa como desodorante, para los hongos en los pies, tratamiento para quemaduras y para curar heridas

Comunidad de Hmong

Pay-loo-ah: un polvo de color rojo que se da para la erupción o la fiebre

Asia

Ghasard: un polvo marrón que se da para ayudar con la digestión

Sindoor: un polvo que se aplica en la cara y el cuero cabelludo durante las ceremonias, erróneamente utilizado como alimento

Bala Goli: un frijol redondo, plano y negro, disuelto en ‘agua de anís’ que se usa para el dolor de estómago

Kandu: un polvo rojo que se usa para tratar el dolor de estómago

Kajal: cosmético para los ojos que puede ser ingerido si se queda en las manos

Surma: cosmético para los ojos que puede ser ingerido si se queda en las manos

Árabe Estadounidense

Kohl; también conocido como **Alkohol**: un polvo que se utiliza tanto para cosmético de maquillaje para los ojos, como para untar en las infecciones de la piel y en el ombligo de los recién nacidos

África y Medio Oriente

Kajal: cosmético para los ojos que puede ser ingerido si se queda en las manos

Surma: cosmético para los ojos que puede ser ingerido si se queda en las manos

¿CUÁLES SON LOS POSIBLES RIESGOS DE ESTAR EXPUESTA AL PLOMO DURANTE EL EMBARAZO?

- **Aumentar la probabilidad de aborto, bebé de bajo peso al nacer, nacimiento prematuro, mortinato**
- **Puede que cause problemas de aprendizaje y comportamiento en el bebé/niño**
- **Puede que cause defectos de nacimiento**

¿CUÁLES SON LOS SIGNOS DE INTOXICACIÓN POR PLOMO?

- **¡Muchas veces no se presentan síntomas!**
- **Puede que incluya dolores de cabeza, cambios en el humor, cansancio, anemia (conteo de sangre bajo), o náuseas** (Estos también son síntomas comunes de los embarazos normales)

OTRAS FORMAS POSIBLES DE EVITAR LA EXPOSICIÓN AL PLOMO

- Evite la pintura desconchada o descascarada y NO lije o raspe la pintura
- Reemplace persianas si fueron hechas en la China, Taiwán o México
- No coma o beba en platos de cerámica con vidriado a base de plomo
- Conozca los “remedios caseros” que pueden contener plomo (Azarcón, Greta, Pay Looah)
- Siempre lave las frutas y verduras antes de comérselas
- Use guantes para la jardinería o al trabajar con la tierra
- Lávese las manos frecuentemente, especialmente antes de comer o beber
- Evite pasatiempos que aumentan la exposición al plomo
- Si alguien en su casa trabaja con plomo, asegúrese de que se bañen y cambien de ropa antes de llegar a casa y no lave la ropa de trabajo contaminada con la ropa de la familia.

Si usted trabaja en un área donde puede estar expuesta al plomo, hable con su supervisor para que disminuyan su exposición mientras usted esté embarazada.

Averigüe con su proveedor de atención de salud para hacerse pruebas de sangre si usted o sus hijos están en riesgo de exposición al plomo.