



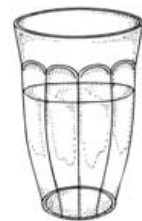
Componentes Básicos para un Futuro Mejor

Recursos para ayudar a asegurar que todos nuestros niños estén "AOK"

Prevención del envenenamiento por plomo



- Lave a menudo las manos, rostro, boca y juguetes del niño.
- Limpie semanalmente las superficies de la cocina, pisos, alféizares (con detergente para todo uso).
- Ofrezca alimentos y meriendas regularmente.
- Lo alimentos y meriendas deben tener alto contenido de hierro, vitamina C y calcio.
- Cuando remodele o renueve su casa, aplique medidas de seguridad adecuadas.
- Mantenga a niños y mujeres embarazadas fuera del área de trabajo hasta que terminen las obras y el área esté limpia.
- Deje correr el agua fría por varios minutos en la mañana antes de usarla (para beber, cocinar).
- Quítese los zapatos antes de entrar a la casa.
- Lave la ropa de trabajo por separado.
- No sirva ni guarde alimentos en vasijas de cerámica fabricadas fuera de los Estados Unidos.
- Hágale pruebas de envenenamiento por plomo a los niños cada año.





Componentes Básicos para un Futuro Mejor

Recursos para ayudar a asegurar que todos nuestros niños estén "AOK"

Consejos para los padres

¿Qué es el plomo?

El plomo es un metal que se encuentra en muchos lugares distintos. El plomo en grandes cantidades es tóxico para el cuerpo humano.

¿Qué es el envenenamiento por plomo?

El envenenamiento por plomo se da cuando hay mucho plomo presente en el cuerpo. El envenenamiento por plomo es el problema de salud pediátrica prevenible más común hoy día en los EE.UU.

¿Quiénes están en riesgo?

Todos estamos en riesgo, pero los niños lo están más porque sus cuerpos son más pequeños que los de un adulto y absorben más plomo y porque sus cuerpos todavía se están formando. A los niños les gusta llevarse cosas a la boca y pasan la mayor parte del tiempo de sus actividades en superficies horizontales (piso, alféizares). Las mujeres embarazadas y los niños por nacer también están en riesgo de envenenarse con plomo.

¿Dónde se encuentra el plomo?

El plomo se encuentra en:

- Pintura que contiene plomo (usualmente en hogares construidos antes de 1978).
- Suelo que rodea el hogar contaminado con pintura con plomo.
- Latas que no sean fabricadas en los Estados Unidos
- Agua de tuberías con plomo
- Pasatiempos y empleos
- Vasijas de cerámica esmaltada importadas
- Cosméticos
- Remedios caseros y medicinas a base de hierbas

¿Cuáles son los síntomas del envenenamiento por plomo?

No hay signos claros, pero los niños que tienen envenenamiento por plomo pueden reportar estos síntomas:

- Pérdida de apetito
- Hiperactividad
- Irritabilidad
- Problemas para dormir
- Dolor estomacal
- Falta de interés en el juego
- Problemas de aprendizaje

¿Cómo evito que mi hijo se envenene con plomo?

- Lave a menudo manos, boca, rostro y juguetes.
- Limpie semanalmente los pisos, superficies y alféizares con detergente para todo uso.
- Ofrezca a su hijo comidas y meriendas con regularidad (ricas en hierro, calcio y vitamina C).
- Deje correr el agua fría por varios minutos en la mañana antes de cocinar y beber.
- Quítese los zapatos antes de entrar a la casa.
- Lave la ropa de trabajo por separado de la ropa de la familia.
- Aplique medidas de seguridad apropiadas cuando remodele la casa (no use lijadoras eléctricas).

El Departamento de Salud Pública de Illinois ofrece varias hojas informativas acerca del envenenamiento por plomo en <http://www.idph.state.il.us/envhealth/ehpublications.htm#lead>. Esta información fue tomada del Departamento de Salud Pública de Illinois en http://www.idph.state.il.us/HealthWellness/leadfs_childhood.pdf.

Distribuido por: