

El plomo es un veneno: Lo que usted necesita saber



(Lead is a Poison: What You Need to Know)

Cuando el plomo se acumula en el cuerpo de un niño, puede afectar su desarrollo y comportamiento. El plomo es un metal que se halla en muchos lugares. Aunque normalmente no se ve, hay cosas que usted puede hacer para evitar que su hijo(a) esté expuesto al plomo. No se ha identificado un nivel de plomo que sea inofensivo para los niños. Los niños corren un riesgo más alto porque se suelen llevar las manos y los objetos a la boca y porque sus cuerpos en crecimiento tienden a absorber más fácilmente lo que comen. Esta publicación fue escrita por la Academia Americana de Pediatría para ayudar a los padres a entender qué daños causa el plomo, dónde hay plomo y qué pueden hacer para proteger a sus hijos.

¿Qué daños causa el plomo?

- El plomo puede interferir con el crecimiento y el desarrollo normal, llegando a tener un impacto en casi todos los sistemas del cuerpo, incluyendo el cerebro.
- La mayoría de los niños que tienen plomo en la sangre no muestran síntomas. Sin embargo, el plomo puede perjudicar el desarrollo de modos que sí son notorios.
- Algunos niños muestran problemas de aprendizaje y de comportamiento. Estos problemas se pueden hacer evidentes durante la etapa preescolar o más tarde.
- Los síntomas físicos podrían incluir dolor de estómago, dolores de cabeza, vómitos y debilidad. Los niveles muy altos de plomo en el cuerpo pueden causar convulsiones, coma y la muerte.

Dónde hay plomo

- **Casas y edificios.** Las pinturas interiores y exteriores se fabricaban con plomo hasta el año de 1978. Es por esta razón que el plomo está presente en tantas casas. Cuando las superficies que tienen pintura a base de plomo rozan entre sí (como cuando se abre una ventana o se cierra una puerta) o cuando la pintura comienza a pelarse o descascararse, el plomo puede quedar en el polvo o en la tierra que hay en la casa.
- **Materiales para pasatiempos** (vitrales, pinturas, soldaduras, pesas para pesca y perdigones).
- **Remedios populares o caseros** (como el azarcon y la greta, que se usan para las molestias estomacales o la indigestión; o el “pay-loo-ah”, que se usa para aliviar erupciones o fiebres).
- **Sitios de trabajo** (fundiciones, hornos altos, plantas para el reciclaje de baterías y talleres de reparación de automóviles).
- **Vasijas para alimentos con barnices a base de plomo** (especialmente si están hechas en otro país o si son antiguas).
- **Algunos juguetes, joyas y muebles** (especialmente si están hechos en otro país).

- **Agua que ha estado en contacto con tuberías de plomo, soldaduras de plomo o grifos viejos de plomo** (especialmente las tuberías para el agua caliente, ya que el agua caliente absorbe el plomo más rápidamente que el agua fría).

Lo que usted puede hacer

- **Mande a inspeccionar su casa.** Si su casa fue construida antes de 1978, hable con el departamento de salud de su localidad para que le hagan una inspección de plomo. Si no sabe cuántos años tiene su casa, asuma que tiene plomo. En los Estados Unidos, el plomo está presente en un 87% de las casas construidas antes de 1940, en un 69% de las casas construidas de 1940 a 1959, y en un 24% de las casas construidas de 1960 a 1977. Las casas ubicadas en el noreste y en el medio oeste de la nación tienen más probabilidades de contener plomo. Antes de firmar un contrato de renta, indague con el casero si se ha detectado plomo. Antes de comprar una casa, mándele a hacer una inspección de plomo.
- **Antes de realizar cualquier trabajo en su casa, averigüe el modo indicado de hacerlo.** Al hacer una reparación, selle el área hasta que el trabajo termine y mantenga a su niño alejado hasta que todo quede limpio. Asegúrese de emplear a un contratista certificado. Si usted mismo trata de retirar la pintura de plomo, es probable que empeore la condición. Si el trabajo no se hace de un modo seguro, usted y su hijo pueden sufrir por una exposición más intensa al polvo que contiene plomo.
- **Mantenga a su niño alejado de ventanas viejas, verandas viejas y áreas con pinturas que se están pelando o descascarando.** Si estas áreas hacen parte de su casa, cúbralas con cinta aislante o papel pegante hasta que puedan ser retiradas por completo. Si su casa es de alquiler, infórmele al casero sobre la pintura que se está descascarando o pelando. Por ley, los caseros deben reparar los problemas relacionados con plomo que se hallan en su propiedad.
- **No le permita a su hijo jugar en la tierra al lado de su casa si está es vieja.** Siembre grama sobre el terreno pelado o cúbralo con mantillo o astillas de madera.
- **Limpie su casa con regularidad.** Limpie los pisos y otras superficies con un trapeador o esponja húmeda. El quitarse los zapatos en la puerta de entrada puede evitar que se entre la tierra a la casa.
- **Enséñele a sus hijos a lavarse las manos, especialmente antes de comer.** Lave los chupones y juguetes con regularidad.
- **Cámbiese y dúchese.** Si su trabajo o sus pasatiempos comprenden el uso de plomo, cámbiese la ropa y los zapatos y dése una ducha al terminar la labor. Mantenga la ropa con la que trabaja en el sitio de trabajo o lávela tan pronto como sea posible.

- **Use agua fría del grifo para mezclar la leche de fórmula, para preparar las bebidas y para cocinar.** Si vive en una casa vieja, deje el agua del grifo correr por varios minutos en la mañana antes de usarla. No use agua caliente del grifo para beber ni cocinar.
- **Alimente bien a su familia.** Proporcione a su niño una dieta balanceada que incluya un buen desayuno. Déle alimentos ricos en hierro y calcio. Una buena alimentación puede ayudarle a su niño a absorber menos plomo.

Tratamiento para la intoxicación con plomo

La primera acción es identificar la fuente de la exposición y prevenir futuras exposiciones con el plomo. Algunos niños que presentan niveles altos de plomo en la sangre necesitan tomar una medicina que ayuda a que el cuerpo se libere más rápidamente de los rastros de plomo. Si el nivel de plomo que presenta su hijo es muy alto, pasarán meses hasta que el plomo salga totalmente de su organismo. Se necesita de un cuidadoso seguimiento. Los niños que tienen problemas de desarrollo o de conducta deben ser evaluados y, de ser necesario, recibir servicios de apoyo.

Para obtener más información

**CDC Childhood Lead Poisoning Prevention Program
(Programa de Prevención de Intoxicación con Plomo)**

770/488-3300

www.cdc.gov/nceh/lead

**National Lead Information Center
(Centro Nacional de Información sobre el Plomo)**

800/424-LEAD (800/424-5323)

www.epa.gov/lead/nlic.htm

**US Department of Housing and Urban Development
(Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de EE.UU.)**

202/755-1785

www.hud.gov/offices/lead

La inclusión de los recursos anteriores no implica que la Academia Americana de Pediatría (AAP) los respalde. La AAP no es responsable por el contenido de los recursos mencionados en este folleto. Los números de teléfono y los sitios web están actualizados, pero podrían cambiar en cualquier momento.

No deberá usarse la información contenida en esta publicación a manera de sustitución del cuidado médico y consejo de su pediatra. Podría haber variaciones en el tratamiento, las cuales su pediatra podría recomendar, en base a los hechos y circunstancias individuales.

Exámenes para detectar plomo

El único modo de saber con certeza si su hijo ha estado expuesto al plomo, es mediante un examen de sangre. Los exámenes para detectar el plomo a veces se hacen tomando sangre mediante un pinchazo en el dedo, pero es mejor y más acertado tomar sangre de una vena del brazo. El examen mide la cantidad de plomo en la sangre. Si usted cree que su hijo ha estado expuesto a sustancias con plomo, hable con el pediatra para que le realicen al niño un examen de sangre que detecte la presencia de plomo.

De parte de su médico

American Academy
of Pediatrics



DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

La Academia Americana de Pediatría es una organización de más de 60,000 pediatras de cuidado primario, subespecialistas pediátricos y especialistas quirúrgicos de pediatría dedicados a la salud, seguridad y bienestar de los infantes, niños, adolescentes y adultos jóvenes.

Academia Americana de Pediatría
Sitio electrónico en la red Internet: <http://www.aap.org>

Derechos de autor © 2009
Academia Americana de Pediatría
Todos los derechos reservados.