

# Prevención de envenenamiento por plomo

## Sistema de control de envenenamientos de California

### ¿Sabía esto?

- El plomo daña el cerebro y el cuerpo, lo que dificulta pensar, prestar atención y comportarse.
- Algunos problemas médicos causados por el plomo no pueden revertirse ni curarse.
- Un niño puede tener envenenamiento por plomo y no parecer ni actuar como si estuviera enfermo.
- Los niños menores de 3 años corren un mayor riesgo de envenenamiento por plomo.

### Llame a manejo de intoxicaciones y de envenenamiento de California al

**1-800-222-1222,**

si usted u otra persona toca, prueba, respira o traga algo que podría ser dañino.



Ayuda de expertos rápida y gratuita  
LINEA DE AYUDA PARA INTOXICACIONES  
Y ENVENENAMIENTOS DE CALIFORNIA

**1-800-222-1222**

**No adivine.  
Asegúrese.**

 Visite [calpoison.org](http://calpoison.org)  
para obtener más información  
y pedir materiales gratis.

 [@calpoison](https://www.facebook.com/calpoison)  
 [@poisoninfo](https://twitter.com/poisoninfo)

 Envíe TIPS (consejos) al 20121 para  
obtener información sobre la seguridad  
en casos de intoxicaciones y de envenenamiento  
en inglés. Envíe un mensaje de texto con la palabra  
PUNTOS para recibir la información en español.

### Actúe

1. Hable con el médico de su hijo para obtener más información sobre las pruebas de detección de plomo. Lo más deseable sería que los niños pequeños recibieran una evaluación de detección de plomo cuando tienen uno y dos años. Evalúe a los niños con factores de riesgo identificados a cualquier edad.
2. En las casas construidas antes de 1978, conserve intactas las superficies pintadas viejas; es probable que contengan plomo.
3. Limpie su casa con un trapeador húmedo en los pisos y los alféizares de las ventanas con un trapo húmedo. aspire, quite el polvo y lave las superficies con frecuencia: la suciedad y el polvo esparcen plomo.



4. Lave los juguetes de los niños: pueden acumular polvo y suciedad que con frecuencia contienen plomo.
5. Los niños y las mujeres embarazadas deben evitar comer ciertas especias hechas en otros países. Algunos productos importados pueden contener plomo. Chequee los productos **que se retiran del mercado y las alertas de seguridad** para estar a salvo.

6. Cámbiese la ropa de trabajo antes de entrar a su casa. Los trabajos de pintura, remodelación y reparación de autos pueden exponerlo al plomo.



7. Lávese las manos con frecuencia y asegúrese de que los niños no se lleven a la boca las joyas de fantasía que pueden contener plomo.
8. Los proyectos de reparación de casas que exponen superficies pintadas viejas pueden generar polvo tóxico. Tenga prácticas seguras de trabajos con el plomo evitando que el polvo entre a las áreas habitables y, si es posible, llame a un contratista certificado en plomo.
9. Coma comidas con calcio, hierro y vitamina C para ayudar al cuerpo a absorber menos plomo.

