Cómo prevenir el envenenamiento infantil por plomo

La exposición al plomo puede hacerle daño a la salud y el desarrollo de un niño. Cualquier cantidad de plomo es dañina para su hijo. Un poquito de plomo puede causar mucho daño, especialmente en niños menores de 3 años. Pequeñas cantidades pueden disminuir su cociente intelectual y causar dificultades con el aprendizaje y comportamiento.

Conozca los riesgos.

- Tenga siempre en cuenta que un niño expuesto al plomo puede que no presente ningún síntoma. Otros niños pueden tener dolores de cabeza o de estómago, el apetito disminuido o problemas para dormirse. Algunos niños pueden parecer hiperactivos o irritables. Los padres que se dan cuenta de estos síntomas, probablemente no esperan que el plomo sea la causa.
- Hay muchos orígenes para la exposición al plomo. Las madres lo pueden transmitir a los bebés a través de la leche materna. Los niños pueden aspirar polvo que contiene plomo, o pueden tragárselo. Fuentes comunes incluyen las pinturas elaboradas a base de plomo, juguetes o crayones, ciertos remedios caseros para problemas de salud, y suelos que contienen plomo. Otras fuentes incluyen las fundiciones de plomo y las plantas que se dedican al reciclaje de baterías.

Manténgase informado.

- Averigüe si usted vive en una zona de alto riesgo de acuerdo a su código postal, preguntando a su profesional de atención médica o llamando al Departamento de Salud Pública de Illinois.
- Revise las etiquetas de juguetes y tenga en cuenta los orígenes de juguetes y otros objetos que su hijo puede manipular o masticar. Revise las listas de juguetes y productos retirados del mercado por la Comisión de Seguridad de Productos del Consumidor de EE.UU. (U.S. Consumer Product Safety Commission).
- Obtenga información sobre la eliminación segura del plomo. Las casas construidas antes de 1978 presentan riesgos mayores a causa de la pintura que contiene plomo. El plomo puede liberarse en forma de polvo al quitar la pintura con papel de lija o con rasquetas, o al calentarla. IDPH ofrece una lista de evaluadores licenciados en el riesgo del plomo, inspectores de pintura y peritos en la eliminación segura de pintura con plomo. Pregunte a IDPH o a su departamento local de salud si ofrecen ayuda financiera para la eliminación del plomo en su área.

Proteja a sus hijos.

- Haga que examinen a su hijo por un posible envenenamiento por plomo. Se requiere que a todos los niños de entre 6 meses y 6 años de edad se les haga un análisis sobre el posible envenenamiento por plomo y que lo haga un profesional de atención médica antes de que entren a una guardería, preescolar o kindergarten.
- Hago un examen de la sangre a su hijo por un posible envenenamiento por plomo en el consultorio del médico si usted vive en la zona de un código postal de alto riesgo o si es elegible para Medicaid o el seguro médico All Kids.
- Enseñe a los niños a que no se metan a la boca cosas que pueden contener plomo, inclusive trocitos de pintura o tierra. Ofrezca a los niños de 1 y 2 años juguetes seguros para masticar. Enseñe a niños mayores a lavarse las manos a menudo y a no meterse nada a la boca excepto la comida. Use un trapo mojado para quitar polvo de los pisos y quítese los zapatos al entrar a la casa para no traer polvo de afuera.
- Ayude a sus hijos a comer una dieta nutritiva. Los alimentos con contenidos altos en vitamina C, calcio y hierro disminuyen la velocidad de la absorción del plomo en la corriente sanguínea, incrementando así la cantidad de plomo que se elimina del cuerpo.

Las opiniones, los recursos y las referencias presentados en esta Página de consejos se destinan para fines de informar solamente y no deben considerarse ni utilizarse como sustituto de los consejos, los diagnósticos ni el tratamiento médico. Aconsejamos que los padres y madres busquen la asistencia de un médico u otro proveedor calificado de atención médica si tienen preguntas sobre la salud o las condiciones médicas de su hijo.

English Title: Preventing Lead Poisoning in Children

Any opinions, findings, conclusions, or recommendations expressed in this tip sheet are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views of the Illinois State Board of Education.

Illinois Early Learning Project
University of Illinois Urbana-Champaign
Telephone: 217-333-1386
Toll-free: 877-275-3227
E-mail: iel@illinois.edu
https://illinoisearlylearning.org

Spanish 11/21