

Cómo prevenir el envenenamiento infantil por plomo



El envenenamiento por plomo o saturnismo ni es "problema de pobres" ni es cosa del pasado. Tampoco se limita a alguna región en Illinois. Cualquier cantidad de plomo es dañina para su hijo. Un poquito de plomo puede causar mucho daño, especialmente en niños menores de 2 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 (Illinois Department of Public Health, o IDPH; llame al 1-866-909-3572.)
- Revise las etiquetas de juguetes y tenga en cuenta los orígenes de juguetes y otros objetos que su hijo puede manipular o mascar. 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; <http://www.cpsc.gov/cpsc/pub/prerel/prerel.html>. Esta entidad también ofrece información en español en <http://www.cpsc.gov/cpsc/pub/spanish/spanish.html>.)
- 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.
- Pida un análisis sobre la cantidad de plomo en la sangre de su hijo si usted vive en un código postal de alto riesgo.
- Enseñe a los niños a que no se metan a la boca cosas que pueden contener plomo, incluyendo trocitos de pintura o tierra. Ofrezca a los niños de 1 y 2 años juguetes seguros para mascar. Enseñe a niños mayores a lavarse las manos a menudo y a no meterse nada a la boca excepto la comida.
- Ayude a sus hijos a comer una dieta nutritiva, incluyendo alimentos con poca grasa. 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.

English Title: Preventing Lead Poisoning in Children



29 Children's Research Center
51 Gerty Dr. • Champaign, IL 61820-7469
Teléfono: 217-333-1386 • Fax: 217-244-7732
Gratis: 877-275-3227 (Voz/TTY)
Email: iel@uiuc.edu
Internet: <http://illinoisearlylearning.org>

Illinois State Board of Education

Para más páginas de consejos acerca de otros temas, favor de visitar el: <http://illinoisearlylearning.org>