

# HOJA INFORMATIVA SOBRE CÓMO PREVENIR LA INTOXICACIÓN POR PLOMO

## ¿Qué es la intoxicación por plomo?

La intoxicación por plomo ocurre cuando el plomo se acumula en el cuerpo, con frecuencia durante meses o años. Incluso pequeñas cantidades de plomo pueden causar graves problemas de salud, especialmente en niños pequeños.

## Fuentes de exposición al plomo

- **Pintura a base de plomo:** En las casas construidas antes de 1978, la pintura descascarada y agrietada puede generar polvo de plomo.
- **Suelo contaminado:** El plomo se puede encontrar en el suelo, cerca de casas antiguas, en carreteras o zonas industriales.
- **Agua potable:** Las tuberías, grifos y accesorios de plomería de plomo pueden filtrar plomo en el agua potable.
- **Artículos de la casa:** Algunos juguetes, joyas, maquillajes, especias, dulces y cerámicas pueden contener plomo.
- **Exposición ocupacional:** Trabajar en entornos donde hay plomo puede exponer a los empleados y sus familias a los riesgos del polvo de plomo.

## Efectos de la intoxicación por plomo en la salud

- **Niños:** Retraso en el desarrollo, dificultades de aprendizaje, irritabilidad, pérdida de peso, lentitud, dolor abdominal, vómitos, estreñimiento, pérdida de audición y convulsiones.
- **Adultos:** Presión alta, dolores en las articulaciones y músculos, dificultades de memoria o concentración, dolor de cabeza, dolor abdominal, trastornos del estado de ánimo, reducción del conteo de espermatozoides, y aborto espontáneo o parto prematuro en mujeres embarazadas.

## Consejos de prevención

- Haga una inspección en su casa para detectar plomo, especialmente si se construyó antes de 1978.
- Conserve su casa limpia y libre de polvo usando un trapo húmedo para limpiar el polvo alrededor de los alféizares de las ventanas.
- Use agua fría para beber y cocinar; el agua caliente tiene más probabilidades de contener niveles más altos de plomo.
- Lave los juguetes para reducir el polvo de plomo.
- Tenga cuidado con los juguetes, joyas y cerámicas importadas que puedan contener plomo.
- Siga una dieta saludable rica en calcio, hierro y vitamina C para reducir la absorción de plomo.

## Pruebas y tratamiento

**Prueba de plomo en sangre:** La única forma de saber si su hijo estuvo expuesto al plomo es mediante un análisis de sangre. Hable con su proveedor de atención médica sobre las pruebas. Si su hijo estuvo expuesto al plomo, siga las recomendaciones de su proveedor de atención médica para tratarlo y reducir exposición adicional.

Continúa en el otro lado >



Cook County DEPT. of  
Public Health

**BUILDING  
HEALTHIER  
COMMUNITIES**

# Acerca del programa sobre plomo Hogares Saludables



Cook County DEPT. of Public Health

**BUILDING  
HEALTHIER  
COMMUNITIES**

## Programa de subvenciones Hogares Saludables y Riesgos de la Pintura con Plomo (Healthy Homes and Lead Paint Hazard Grant Program)

Con fondos del condado de Cook y el Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano de los EE. UU. (U.S. Department of Housing and Urban Development, HUD), CCDPH repara la pintura con plomo y otros peligros para la salud en viviendas de comunidades suburbanas del condado de Cook para familias que califican. Mediante Hogares Saludables para Familias Saludables (Healthy Homes for Healthy Families), una iniciativa del condado de Cook y Elevate, los participantes del programa de subvenciones también pueden recibir mejoras gratuitas en seguridad, eficiencia energética, conservación de agua y en toda la casa. La financiación de este programa proviene de la Ley del Plan de Rescate Estadounidense (American Rescue Plan Act).

### Beneficios del programa

- Los beneficios del programa incluyen la inspección y reparación de pintura con plomo y otros peligros, como: moho, plagas, instalaciones eléctricas inseguras, radón, reparaciones estructurales o climatización. Por lo general, las reparaciones por riesgo de plomo incluyen pintar, reemplazar ventanas u otros trabajos de reparación de la vivienda para eliminar o contener la pintura con plomo.
- Todas las evaluaciones, actualizaciones y reparaciones son sin costo para los propietarios.

### Elegibilidad

Usted puede ser elegible para este programa si:

- Es propietario o alquila una vivienda unifamiliar o un edificio multifamiliar de 2 a 4 unidades construido antes de 1978 en el área suburbana del condado de Cook. (Si es residente de Chicago: Visite [www.chicago.gov](http://www.chicago.gov) para obtener recursos sobre el plomo en Chicago).
- Un niño menor de 6 años vive en su casa o la visita con frecuencia.
- Cumple con los requisitos de ingresos. Por ejemplo, una familia de cuatro personas debe tener un ingreso inferior a \$134,520 por año para ser elegible. Todos los requisitos de elegibilidad por ingresos están abajo.

### Solicite la subvención

Escanee el código QR para solicitarla o contáctenos para obtener más información.

### Para obtener más información

- Unidad de Prevención de la Intoxicación por Plomo y Hogares Saludables del CCDPH (CCDPH Lead Poisoning Prevention and Healthy Homes Unit)

Contáctenos para saber cómo prevenir la intoxicación por plomo y hacer de su vivienda un hogar saludable:

- Teléfono: 312-515-0366
- Correo electrónico: [HealthyCook@cookcountyhealth.org](mailto:HealthyCook@cookcountyhealth.org)
- Sitio web: [www.cookcountypublichealth.org](http://www.cookcountypublichealth.org)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
  - <https://www.cdc.gov/lead-prevention/communication-resources/know-the-facts.html>

