



## HOJA INFORMATIVA: ENVENENAMIENTO POR PLOMO

### ¿Qué es el envenenamiento por plomo?

El envenenamiento por plomo ocurre cuando el plomo se acumula en el cuerpo. Esto puede tardar meses o años. Aun una cantidad pequeña puede causar problemas graves de salud. Niños pequeños corren el mayor riesgo.

### Fuentes comunes de plomo

- **Pintura a base de plomo:** Casas construidas antes de 1978 pueden tener pintura descascarada que hace polvo con plomo.
- **Tierra contaminada:** Puede estar cerca de casas viejas, carreteras o fábricas.
- **Agua potable:** Tuberías y llaves con plomo pueden soltar plomo en el agua.
- **Objetos en casa:** Algunos juguetes, joyas, maquillaje, dulces, especias y cerámica pueden tener plomo.
- **Trabajo:** Algunos trabajos exponen a los empleados al polvo de plomo.

### Efectos en la salud

- **En niños:** Retraso en el desarrollo, problemas de aprendizaje, enojo fácil, pérdida de peso, cansancio, dolor de estómago, vómito, estreñimiento, pérdida de oído y convulsiones.
- **En adultos:** Presión alta, dolor en músculos o articulaciones, problemas de memoria o concentración, dolor de cabeza, cambios de humor, dolor de estómago, menos esperma, y en personas embarazadas aborto o parto prematuro.

### Cómo prevenir

- Si su casa fue construida antes de 1978, haga una prueba de plomo.
- Limpie con un trapo húmedo el polvo en repisas de ventanas.
- Use agua fría para beber y cocinar. El agua caliente puede tener más plomo.
- Lave los juguetes seguido.
- Tenga cuidado con juguetes, joyas o cerámica importada.
- Consuma alimentos con calcio, hierro y vitamina C, ayudan a que el cuerpo no absorba plomo.

### Pruebas y tratamiento

La única forma de saber si su hijo tiene plomo es con un análisis de sangre. Hable con su doctor sobre la prueba. Si su hijo tiene plomo, siga las recomendaciones médicas para tratamiento y prevención.

### Para más información

- CCDPH Lead Poisoning Prevention and Healthy Homes Unit
- Contáctanos sobre cómo prevenir la intoxicación por plomo y hacer que tu hogar sea saludable:
  - Llame - 312-515-0366
  - Correo electrónico - vanessa.mendoza@cookcountyhealth.org
  - Sitio web - [www.cookcountypublichealth.org](http://www.cookcountypublichealth.org)
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
  - [www.cdc.gov/lead-prevention/communication-resources/know-the-facts.html](http://www.cdc.gov/lead-prevention/communication-resources/know-the-facts.html)

