

# Proteja a su familia

## El cuidado de sus hijos

- Mantenga a sus niños alejados de pintura vieja o descarapelada
- Lave las manos y juguetes de sus hijos con frecuencia
- Alimente a sus niños con comidas y bocadillos saludables todos los días y evite darles dulces

## El interior y exterior de su hogar

- Mantenga su hogar limpio y libre de polvo
- Nunca lije, raspe, lave con un instrumento de alta presión ni limpie con chorro de arena la pintura a menos que la pintura haya sido sometida a prueba y se haya comprobado que no contiene plomo
- Cubra la tierra suelta del exterior en donde juegan sus hijos
- Quítese los zapatos o límpielos en el tapete de la entrada antes de ingresar a su casa
- Cámbiese la ropa y el calzado de trabajo, y lávese o dúchese antes de subirse al auto o regresar a casa si trabaja en contacto con el plomo

## Artículos que usted compra y usa

- Evite utilizar ollas y trastes viejos, desgastados o antiguos, que provengan de un mercado de descuentos o tianguis, hechos de cristal, hechos a mano o fabricados en el extranjero, a menos que hayan sido analizados y no contengan plomo.
- No use remedios como el azarcón, la greta o pay-loo-ah. Algunos remedios ayurvédicos, remedios tradicionales chinos y otros remedios podrían también contener plomo. Hable con su médico antes de utilizar cualquier remedio.
- A algunos cosméticos tradicionales, como el kohl o surma, se les ha encontrado plomo.
- Evite consumir los alimentos y las especias de colores brillantes, como los chapulines y la cúrcuma, que su familia y amigos traigan a los EE.UU.
- No le permita a sus niños que jueguen con sus joyas, plomos de pescar, o balas o cartuchos de balas, ni que se los metan a la boca.



# ¿Hay PLOMO dentro o alrededor de su hogar?

**El plomo puede estar presente en muchos lugares del interior y del exterior de su hogar.**

**El plomo puede ser dañino para sus niños.** El plomo puede ocasionar lesiones en el cerebro de los niños. El envenenamiento o intoxicación por plomo puede ocasionar que los niños tengan dificultades para aprender, poner atención y portarse bien. La mayoría de los niños que padecen de envenenamiento por plomo no parecen ni lucen enfermos.

**Pregúntele al médico de sus hijos sobre hacerles la prueba de detección del plomo.** La única manera de saber si sus niños padecen de intoxicación por plomo es haciéndoles una prueba para detectar la presencia de plomo en la sangre.

**La mayoría de los niños son sometidos a esta prueba cuando tienen de 1 a 2 años de edad.** Algunos niños mayores de 2 años también necesitan hacerse la prueba.

Para más información, diríjase a [www.cdph.ca.gov/programs/clppb](http://www.cdph.ca.gov/programs/clppb), o llame al Programa para la Prevención de Intoxicación o Envenenamiento Infantil por Plomo (Childhood Lead Poisoning Prevention Program) de su localidad:



Childhood Lead Poisoning Prevention Program  
(805) 981-5291  
[www.vchca.org/chdp](http://www.vchca.org/chdp)

# El plomo puede encontrarse...



en pintura descarapelada



en remedios como el azarcón, la greta, o pay-loo-ah



en su pelo, piel, calzado y ropa después del trabajo



en balas y en el plomo de pescar



en algunos juguetes



en algunas joyas  
[www.dtsc.ca.gov/Toxic-Jewelry-Samples.cfm](http://www.dtsc.ca.gov/Toxic-Jewelry-Samples.cfm)



en algunos dulces  
[www.cdph.ca.gov/Programs/CEH/DFDCS/Pages/FDBPrograms/FoodSafetyProgram/LeadInCandy.aspx](http://www.cdph.ca.gov/Programs/CEH/DFDCS/Pages/FDBPrograms/FoodSafetyProgram/LeadInCandy.aspx)



en tierra descubierta



en cosméticos tradicionales, como el kohl, surma o sindoor



en algunos trastes y ollas



en el polvo de la casa



en alimentos y especias de color brillante provenientes del extranjero