

# El Departamento de Salud del Condado de Westchester Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo

## Manteniendo a Su Familia Salvo De Plomo

La exposición prolongada al plomo puede tener efectos graves para la salud en los niños pequeños. Mientras que la pintura a base de plomo ha sido prohibida, muchos hogares en el condado de Westchester--en particular los que son mayores--han liderado.

**Siga estos consejos para reducir la exposición de sus hijos al plomo:**

✓ **Lave las manos de su hijo con frecuencia**, especialmente antes de comer, después de jugar, y cuando se ensucien.

✓ **Ponga atención** para cualquier descamación o escamas de pintura en su casa. Si usted alquila, infórmele por escrito a su propietario. Si el propietario no intenta arreglarlo, repórtelo a su departamento de construcción en su municipio local.

✓ **Supervise a los niños pequeños** para saber lo que están poniendo en sus bocas. Muchos niños tienen la costumbre de comer cosas que pueden contener plomo, como pedazos de pintura y tierra. **La pintura con plomo sabe dulce y los niños les gustan el sabor.**

✓ **Limpie** los pedazos de pintura y polvo de inmediato con un trapo **húmedo** y un detergente desengrasante (ex. Simple Green). Lave los juguetes y chupetes de sus hijos para deshacerse de cualquier resto de polvo con plomo. **No barra los pedazos de pintura o el polvo.**

✓ **No utilice** la cerámica de Latinoamérica, platos antiguos, los alimentos o contenedores importados, o los productos de cristal de plomo para cocinar, servir o almacenamiento. Ellos pueden contener plomo. También no utilice cosméticos como "kohl" de otros países.

✓ **Ten cuidado** de no traer el plomo o polvo de plomo a su casa desde su trabajo. Las personas que están expuestas al plomo en el trabajo --incluyendo mecánicos, pintores y contratistas--**deben cambiarse de ropa en un área separada cuando llegan a casa y lavar la ropa separada de otra ropa de la familia.**

✓ **Mantenga a su hijo alejado** de las áreas de su casa que están siendo reparados. El polvo de las reparaciones puede tener altos niveles de plomo.

✓ **Alimente a su niño con alimentos nutritivos** que contienen hierro y calcio. Alimentos como la leche, queso, yogurt, carne magra, frijoles secos, guisantes y vegetales de hoja verde deben ser alentados.

✓ **Evite los remedios tradicionales**, como "GRETA" o "AZARCÓN", ya que pueden contener plomo.

✓ **Haga correr el agua fría** para 1-3 minutos por la mañana antes de usarla para beber, cocinar o preparar la fórmula del bebé. Utilice sólo agua fría. Agua caliente o agua que se ha sentado en las tuberías durante horas puede contener plomo.

**SI CREE QUE SU HIJO HA ESTADO EXPUESTO AL PLOMO, LLAME A SU MÉDICO Y TENGA EL NIVEL DE PLOMO DE SU HIJO COMPROBADO**

Para más información llame al Programa de Prevención de Envenenamiento por Plomo del Departamento de Salud al (914) 813-5243.