

HABLEMOS DEL PLOMO



Edición 09 | SUPERACIÓN DE LA EQUIDAD EN SALUD
UN BOLETÍN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

El plomo es una neurotoxina. Una neurotoxina es una sustancia que afecta negativamente el desarrollo y la función del cerebro. **El plomo es peligroso, incluso en cantidades muy pequeñas.** La exposición al plomo puede causar una amplia gama de problemas de salud, especialmente en niños pequeños. El polvo de plomo es la principal causa de exposición al plomo en el Condado de Erie. El polvo de plomo puede parecerse a cualquier otro polvo. **Prevenir la exposición al plomo es la mejor manera de evitar daños duraderos.**

LA EXPOSICIÓN AL PLOMO CAUSA PROBLEMAS DE SALUD

Los niños menores de seis años son especialmente vulnerables al envenenamiento por plomo, que puede afectar su desarrollo mental y físico. **La exposición al plomo puede afectar el cuerpo de un/a niño/a de muchas maneras diferentes, causando retraso en el desarrollo, daño al sistema nervioso, problemas de comportamiento, discapacidades de aprendizaje y más.** Incluso cantidades muy pequeñas de plomo pueden causar serios problemas de salud. Los efectos de la exposición al plomo pueden ser invisibles o difíciles de detectar hasta que los niños sean mayores. Una prueba de plomo es la única manera de determinar si un/a niño/a ha estado expuesto al plomo.

ÁREAS DE MAYOR RIESGO:

Las casas en estos códigos postales generalmente se construyeron antes de 1978 y es más probable que tengan pintura con plomo. Los/las niños/as que viven en estos hogares tienen el mayor riesgo de exposición al plomo y envenenamiento.

¿QUIÉN ESTÁ EN MAYOR RIESGO?

NIÑOS/AS MENORES DE 6 AÑOS: El plomo puede causar daños duraderos al cerebro en desarrollo y al sistema nervioso de los/las niños/as pequeños/as.

PERSONAS EMBARAZADAS:

La exposición al plomo en adultos puede transmitirse a un feto en desarrollo. La lactancia materna puede ser una fuente de exposición al plomo. La fórmula preparada con agua de tuberías de plomo también puede exponer a un bebé al plomo.

INMIGRANTES, REFUGIADOS Y ADOPTADOS INTERNACIONALES RECIENTES:

Las personas de países con reglas menos estrictas que protegen a los/las niños/as del plomo pueden haber estado expuestas a productos que contienen plomo como pintura, plástico, especias y cosméticos.

- 14201
- 14207
- 14208
- 14209
- 14210
- 14211
- 14212
- 14213
- 14215



Erie County
Department of
Health



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

OFFICE OF HEALTH EQUITY

www.erie.gov/health-equity

SPANISH

TÉRMINOS IMPORTANTES

EXPOSICIÓN AL PLOMO

El polvo de plomo puede ser ingerido, inhalado o absorbido. Esto puede suceder sin que usted lo sepa.

INGESTIÓN

Tragar o tomar por la boca.

INHALACIÓN

Aspirar partículas como el polvo.

ABSORCIÓN

Atravesar la piel.

EVALUACIÓN

Una serie de preguntas, examen médico y análisis de sangre para averiguar si una persona tiene exposición o enfermedad.

PRUEBA DE PLOMO EN LA SANGRE

Se extrae una pequeña cantidad de sangre del dedo, el talón o el brazo para medir la cantidad de plomo que hay en el cuerpo. Si esta prueba de "pinchazo en el dedo" muestra una preocupación por envenenamiento por plomo, se requerirá una extracción de sangre para confirmar.

NIVEL DE PLOMO EN LA SANGRE

La cantidad de plomo en su cuerpo se muestra como microgramos de plomo por decilitro de sangre, escrito " $\mu\text{g} / \text{dL}$ ". Si se encuentra un nivel elevado de plomo en la sangre, se necesitará atención de seguimiento. Su proveedor de atención médica puede conectarlo con el Departamento de Salud del Condado de Erie para obtener apoyo.

INFORME A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA SOBRE LOS RIESGOS DE EXPOSICIÓN AL PLOMO DE SU FAMILIA

El estado de Nueva York requiere que todos/as los/las niños/as se sometan a pruebas de exposición al plomo a los 1 y 2 años de edad. Su proveedor de atención médica debe revisar el riesgo de exposición al plomo de su hijo/a todos los años hasta que su hijo/a tenga 6 años de edad.

SI

USTED:

- Vive, se muda o pasa tiempo en una casa construida antes de 1978;
- Envía a su hijo/a a una guardería en el hogar construida antes de 1978;
- Cambia hábitos o trabajos que le pongan en riesgo de exposición;
- Pasa tiempo con familiares o amigos cercanos con un nivel elevado de plomo en la sangre; o
- Piensa que su hijo/a puede haber estado expuesto por otra razón.

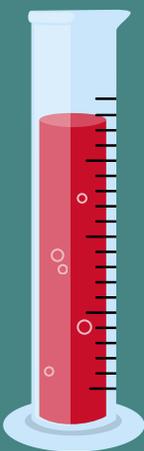


PÍDALE A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA UNA PRUEBA DE DETECCIÓN DE PLOMO PARA NIÑOS PEQUEÑOS.

Diga: "Me gustaría una prueba de detección de plomo para mi hijo/a". Si no tiene un proveedor o seguro médico, comuníquese con el Departamento de Salud del Condado de Erie para obtener información sobre cómo solicitar un seguro médico y elegir un proveedor.

PRECAUCIÓN PELIGRO DE PLOMO PRECAUCIÓN PELIGRO DE PLOMO PRECAUCIÓN PELIGRO DE PLOMO

COMPRENDER LOS RESULTADOS DE SU PRUEBA DE PLOMO



El nivel promedio de plomo en la sangre para niños pequeños en el estado de Nueva York es de aproximadamente $1.4 \mu\text{g} / \text{dL}$. Si el nivel de plomo en la sangre de su hijo/a es:

$3.5 \mu\text{g}/\text{dL}$ o más: El CDC [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades] recomienda que los/las niños/as en este rango coman una dieta alta en hierro, calcio y vitamina C; los padres eliminan el riesgo de plomo del hogar; y los pediatras monitorean el nivel de plomo en la sangre. Vuelva a realizar la prueba anualmente.

$5 \mu\text{g}/\text{dL}$ o más: Usted es elegible para la administración de casos. El Departamento de Salud del Condado de Erie puede ayudar a encontrar servicios para reducir los síntomas y eliminar el riesgo de exposición al plomo.

SIGNOS Y SÍNTOMAS

Los bebés y niño/as que experimentan exposición al plomo pueden no mostrar ningún signo o síntoma hasta que sean mayores. Los bebés y niño/as que parecen estar bien pueden tener altos niveles de plomo en sus cuerpos. Los efectos del envenenamiento por plomo pueden incluir:

RECIÉN NACIDOS

- Bajo peso al nacer
- Nacimiento prematuro
- Crecimiento lento

NIÑO/AS

- Cambios en el comportamiento
- Retraso en desarrollo
- Problemas de aprendizaje

Evalúe a los/las niños/as pequeños/as para protegerles de los efectos a largo plazo de la exposición al plomo.



ENVENENAMIENTO POR PLOMO

Problemas de salud causados por tragar, respirar o absorber plomo. El envenenamiento por plomo puede dañar el sistema nervioso y retrasar el crecimiento.

NIVEL ELEVADO DE PLOMO EN LA SANGRE (EBLL) EN NIÑO/AS

Un nivel elevado de plomo en la sangre ocurre cuando se descubre que un/a niño/a menor de 6 años tiene un nivel de plomo en la sangre de 3.5 µg / dL o más. Pregúntele a su proveedor de atención médica qué puede hacer si su hijo/a tiene un nivel elevado de plomo en la sangre. Es posible que haya programas y servicios disponibles para reducir una mayor exposición al plomo.

RETRASO EN DESARROLLO

Una desaceleración del crecimiento o progreso en el cuerpo o la mente. Esto puede deberse al envenenamiento por plomo.

PREVENCIÓN

La exposición al plomo se puede prevenir. El polvo de plomo de la pintura con plomo o las tuberías de plomo es la fuente más común de envenenamiento por plomo. La eliminación segura del polvo es la forma más efectiva de evitar la exposición al plomo.



Limpie con frecuencia: Limpie su casa con un paño húmedo para eliminar el polvo de plomo.

Limpie los alféizares de las ventanas y las áreas de juego con frecuencia. Use un trapeador húmedo en los pisos. Los trapos con polvo de plomo deben desecharse después de cada uso. Para ahorrar dinero, use ropa vieja como calcetines para hacer trapos.



Lávese las manos: Enseñe a los/las niños/as a lavarse las manos antes de las comidas, después de jugar y a la hora de acostarse.



Coma una dieta saludable: Comer alimentos ricos en hierro, calcio y vitamina C puede ayudar a evitar que el plomo sea absorbido por el cuerpo.

QUELACIÓN

Tratamiento médico que se usa para eliminar el plomo del cuerpo cuando los niveles de plomo en la sangre son muy altos.

GESTIÓN DE CASOS



Para obtener más información sobre la prevención del plomo, visite:

WWW.ERIE.GOV/LEAD

Si alguien en su familia tiene un nivel elevado de plomo en la sangre de 5 µg / dL o más, usted es elegible para el manejo de casos. El Departamento de Salud del Condado de Erie proporciona administración de casos para los residentes del condado. Una enfermera revisará los resultados de su prueba de plomo y le ayudará a acceder a la atención médica adecuada. Visitarán su hogar para identificar fuentes de plomo y ayudarlo a reducir el riesgo de una mayor exposición. El personal del Condado de Erie también puede ayudarlo a encontrar programas y servicios para satisfacer sus necesidades.

PELIGRO DE PLOMO PRECAUCIÓN PEL

COMPRENDER LOS RESULTADOS DE SU PRUEBA DE PLOMO

La exposición al plomo de fuentes en su hogar puede causar envenenamiento por plomo. Estas fuentes se denominan peligros del plomo. El plomo se puede encontrar en la pintura, el polvo, la tierra o el agua del grifo en su hogar. La exposición al plomo generalmente proviene de pintura con plomo o tuberías de plomo. El plomo a menudo se encuentra en la pintura de los alféizares de las ventanas y las paredes y también puede introducirse accidentalmente en su hogar en sus zapatos o ropa al descascarar o pelar la pintura exterior, el polvo y la suciedad afuera. La forma más común en que el plomo ingresa al cuerpo es respirando polvo de plomo. Es fácil para los/las niños/as pequeños



tingerir polvo de plomo accidentalmente porque a menudo lamen o se meten cosas en la boca. La eliminación segura del polvo es la forma más efectiva de reducir los riesgos de exposición al plomo. Para obtener más información sobre las fuentes de plomo en su hogar, visite: www.cdc.gov/nceh/lead

¿VIVES EN UNA CASA CONSTRUIDA ANTES DE 1978?



Si vive o pasa tiempo en una casa construida antes de 1978, puede estar expuesto al polvo de plomo. Use esta herramienta para averiguar cuándo se construyó su casa. Visite www.erie.gov/leadsearch

CONSEJOS DE SEGURIDAD PARA EL HOGAR CON PLOMO

Estos consejos pueden ayudar a reducir el riesgo de exposición al plomo de su familia, incluso si no está seguro de si hay plomo en su hogar o no.



- Mantenga a los/las niños/as alejados de la pintura desconchada o descascarada y del yeso roto. Limpie los alféizares de las ventanas y otros lugares a los que los/las niños/as pueden llegar a menudo con un paño húmedo. Tira la tela. No lavar ni reutilizar.
- Trate de comer una dieta saludable rica en hierro, calcio y vitamina C. Estos nutrientes pueden evitar que el plomo sea absorbido por el cuerpo.
- Enseñe a los/las niños/as a lavarse las manos con frecuencia, especialmente antes de comer y a la hora de acostarse. .
- Deje que su grifo funcione durante al menos 1 minuto antes de usar agua. Use agua fría (no caliente) para la fórmula infantil, cocinar, beber y lavar frutas y verduras.
- Quitese y limpie los zapatos antes de entrar a su casa. No rastree el polvo de plomo en interiores.
- Informe a su arrendador si la pintura se está partiendo o pelando dentro y fuera de su casa.
- Aprenda cómo arreglar de manera segura las áreas de su hogar donde la exposición al plomo es una preocupación.
- Cubra la tierra descubierta en su patio con césped, mulch o astillas de madera para reducir el polvo.



DERECHOS DE LOS ARRENDATARIOS



En el estado de Nueva York, su arrendador NO está obligado a realizar pruebas de plomo. Los propietarios ESTÁN obligados a decirle si han encontrado cualquier plomo en la propiedad. Cuando firma un contrato de arrendamiento para alquilar un apartamento, es posible que se le pida que firme una "Exención de plomo" o una "Declaración de Advertencia de Plomo". Cuando firma una exención de plomo, está diciendo que comprende y acepta el riesgo de exposición al plomo. Para obtener más información, visite: www.on.ny.gov/45tkmXE

¿RENOVANDO?

Asegúrese de que cualquier persona que trabaje en su hogar esté certificada en renovación, reparaciones y pintura (RRP) seguras para el plomo. El Condado de Erie ofrece capacitación para ayudar a eliminar de manera segura los peligros del plomo. Para encontrar capacitación visite: www.erie.gov/leadtraining.



CORRECCIÓN DE PLOMO

La remediación es el proceso de arreglar o eliminar fuentes de plomo.

ELIMINACIÓN

Trabajo realizado por un profesional capacitado para eliminar o cubrir la pintura con plomo en su hogar. Esto incluye el reemplazo de ventanas y la encapsulación.

ENCAPSULACIÓN

Usar un líquido espeso para cubrir la pintura con plomo.



ESTA ES UNA PUBLICACIÓN DE LA OFICINA DE EQUIDAD EN LA SALUD DEL CONDADO DE ERIE

Esta publicación está disponible en 5 idiomas en nuestro sitio web y en forma impresa.

La visión del Erie County Office of Health Equity es que todos en el Condado de Erie logren la máxima salud y bienestar. El Office of Health Equity se encuentra dentro del Erie County Department of Health.

¿Quiere saber más?

Visite www.erie.gov/health-equity

Envíenos un correo electrónico a HealthEquity@erie.gov



Erie County
Department of
Health



Public Health
Prevent. Promote. Protect.

OFFICE OF HEALTH EQUITY
www.erie.gov/health-equity

LEAD SAFE ERIE COUNTY SERVICIOS Y PROGRAMAS

El Departamento de Salud del Condado de Erie ofrece una amplia gama de servicios y programas para apoyar a los residentes que manejan los riesgos de exposición al plomo. Para recibir ayuda para encontrar un programa que satisfaga sus necesidades, comuníquese con nosotros utilizando la información de contacto de Lead Safe Erie County a continuación.



PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL ENVENENAMIENTO INFANTIL POR PLOMO

- Manejo de casos para niños/as con niveles elevados de plomo en la sangre
- Pruebas de nivel de plomo en la sangre para niños/as sin seguro médico
- Pruebas de plomo dentro y alrededor de su casa

Para obtener más información, visite www.erie.gov/childlead

PROGRAMA DE PREVENCIÓN PRIMARIA DEL ENVENENAMIENTO POR PLOMO

- Disponible para residentes elegibles en el condado de Erie con niños/as menores de 6 años
- Pruebas de plomo en el exterior de su hogar
- Pruebas de plomo en el interior de su hogar si los niveles de plomo en el exterior son altos
- Referencias para eliminación y remediación de plomo

Para saber si califica, visite www.erie.gov/leadprimary

LEAD IT GO

- Disponible para niños/as desde el nacimiento hasta los 3 años con un nivel elevado de plomo en la sangre de 5 µg / dL
- Un/a niño/a no necesita demostrar ningún retraso en el desarrollo para calificar
- Capacitación y herramientas de terapeutas ocupacionales, educadores especiales y nutricionistas

Para obtener más información, visite: www.beyondboundariestherapy.org/lead-it-go

PROGRAMA DE DEMOSTRACIÓN DE REDUCCIÓN DE RIESGOS DE PLOMO (LHRD, POR SUS SIGLAS EN INGLÉS)

- Disponible para propietarios, familias calificadas y guarderías en el hogar
- Identifica los riesgos de plomo dentro y fuera del hogar
- Proporciona hasta \$ 10,000 para deshacerse del plomo a través de la encapsulación, el reemplazo de ventanas y otros métodos

Para saber si califica, visite www.erie.gov/LHRD



WWW.ERIE.GOV/LEAD

LEADSAFE@ERIE.GOV

(716) 961-6800

LEAD SAFE ERIE COUNTY SERVICES & PROGRAMS

PROGRAMA DE CONTROL Y PREVENCIÓN DE LESIONES BASADO EN LA VIVIENDA

- Responde a las solicitudes de servicio y quejas hechas sobre diferentes peligros para la salud en su hogar, incluido el plomo

Para presentar una queja, llame al (716) 961-6800 o visite www.erie.gov/envhealth

HEALTHY NEIGHBORS PROGRAM

[PROGRAMA VECINDARIOS SALUDABLES]

- Previene visitas a la sala de emergencias, envenenamiento, lesiones y muertes asociadas con riesgos de seguridad en las residencias del condado de Erie
- Ofrece una amplia gama de servicios y referencias para prevenir la exposición al plomo, monóxido de carbono y radón, así como seguridad contra incendios, seguridad infantil y control de la calidad del aire

Para obtener más información, llame al (716) 961-6800 o visite www.erie.gov/envhealth

CAPACITACIÓN EN PRÁCTICAS DE TRABAJO SEGURAS CON PLOMO

Esta capacitación es para:

- Cualquier propietario que viva en viviendas anteriores a 1978 y realice o planee realizar reparaciones, renovaciones o remodelaciones por sí mismo es elegible
- Cualquier propietario que viva en viviendas anteriores a 1978 y esté planeando contratar a un contratista
- Cualquier ocupante que viva en viviendas anteriores a 1978 que quiera conocer los requisitos para que los administradores de propiedades y propietarios realicen trabajos seguros con plomo

Es necesario registrarse. Para inscribirse, llame al (716) 961-6800 o envíe un correo electrónico leadsafe@erie.gov

CLASE DE CERTIFICACIÓN DE RENOVACIÓN, REPARACIÓN Y PINTURA (RRP) SEGURA PARA PLOMO

- La Regla RRP de la EPA requiere que todas las renovaciones, reparaciones y pinturas realizadas en viviendas anteriores a 1978 deben ser realizadas por o bajo la supervisión de un renovador certificado.
- Todos los propietarios, administradores de propiedades y contratistas deben tomar este curso
- Este curso es ideal para cualquier persona interesada o que actualmente trabaje en oficios de la construcción, como pintores, plomeros, carpinteros y electricistas. ¡Esta certificación podría conducir a una ventaja competitiva al buscar un trabajo!
- Es necesario registrarse. Para inscribirse, llame al (716) 961-6800 o envíe un correo electrónico leadsafe@erie.gov

RECURSOS, PROGRAMAS Y APOYO IMPORTANTE



- Para obtener recursos fáciles de entender sobre la seguridad del plomo, visite el sitio web Get Ahead of Lead
- El sitio web está disponible en muchos idiomas
- Para involucrarse en la prevención del plomo en su comunidad, únase al Grupo de Trabajo de Seguridad contra el Plomo

Para obtener más información, visite GetAheadofLead.org

