

Cómo Encontrar Plomo En Su Hogar

Fuentes Comunes De Plomo

El plomo forma parte de nuestro mundo actual. Se encuentra en el aire, la tierra, el polvo y en la pintura de algunas casas y edificios construidos antes de 1978. La exposición a niveles altos de plomo puede causar problemas de salud serios. El plomo no debe considerarse parte normal del cuerpo. En una nota positiva, el envenenamiento con plomo puede evitarse. Esta hoja de datos informa de los lugares comunes donde se encuentra plomo en el hogar, y cómo evitarlo.

El polvo de plomo

El polvo de las casas es una fuente común de envenenamiento con plomo en los niños. El polvo puede contener el plomo propio de pintura a base de plomo ya deteriorada, o de tierra contaminada que ha sido recubierta. El polvo de plomo puede crearse durante proyectos de remodelación o renovación, o cuando la pintura a base de plomo no se elimina de manera segura. Su casa puede lucir limpia, sin embargo puede tener plomo. Su hijo puede aspirar o comer este polvo.

- Mantenga su casa limpia y sin polvo. Limpie las molduras y marcos de las ventanas y los pisos con una solución a base de detergente casero. Mezcle el detergente siguiendo las instrucciones del envase. Asegúrese de usar dos baldes – un balde con la solución de limpieza, y otro balde para enjuagar el agua. Use dos juegos de trapos o papel toalla – un juego para el lavado y otro para el enjuague.
- Lave las manos de su hijo con agua y jabón - antes de las comidas, de la siesta y de ir a dormir.
- Lave con agua y jabón los biberones, chupetes y juguetes

Finding Lead In The Home

Common Sources Of Lead

Lead is part of our world today. It is found in the air, soil, dust and the paint of some homes or buildings built before 1978. Being exposed to too much lead can cause serious health problems. Lead is never a normal part of your body. The good news is that lead poisoning can be prevented. This fact sheet explains common sources of lead in the home, and how to avoid them.

Lead dust

Household dust is a common source of lead for young children. The dust can contain lead from deteriorated, interior lead-based paint or tracked-in, contaminated soil. Lead dust can be created during home remodeling or renovation projects, or when lead-based paint is not removed in a lead-safe way. Your house can look clean and still have lead in it. A child can breathe in or eat this dust.

- Keep your home as dust-free as possible. Wet wash window wells, sills and floors with a cleaning solution made up of household detergent. Mix the household detergent according to the directions on the container. Be sure to use two separate buckets - one bucket for the cleaning solution, and one bucket for the clean rinse water. Use separate sets of disposable rags or paper towels - one set for the wash step and one for the rinse step.
- Wash your child's hands with soap and water before eating, naps and bedtime.
- Wash bottles, teething rings and toys with soap and water.

- Si vive en una casa antigua, no permita que los niños jueguen o coman cerca de las ventanas.
- Los adultos que trabajen en lugares donde se usa plomo, deben tomar una ducha, y cambiarse de ropa y zapatos antes de ir a sus casas. En este grupo se incluyen pintores, contratistas, o trabajadores de plantas industriales, plantas de fabricación de baterías, radiadores o talleres de reparaciones.
- La ropa que se haya usado en el trabajo debe lavarse por separado. Repita el ciclo de enjuague antes de volver a usar la lavadora.
- En días de mucho viento, mantenga las ventanas cerradas para evitar que la tierra contaminada de plomo entre a su casa.
- Do not allow children to play or eat around window areas in older homes.
- Adults working in jobs where lead is used should shower, and change clothes and shoes before coming home. This includes painters, remodelers, or workers in smelters, battery plants, radiator or auto body shops.
- Clothes worn at work should not be washed with other clothes. Clean work clothes separately from other clothing. Run the rinse cycle once before using the washer again.
- Keep windows closed on windy days so that lead-contaminated soil does not get into the house.

Pintura a base de plomo

Es peligroso que los niños se lleven a la boca partículas, astillas o pedazos de pintura a base de plomo. La pintura a base de plomo se usó en los interiores y exteriores de las casas construidas antes de 1978.

- Recuerde que la pintura a base de plomo ha sido usada para pintar cunas, sillas de comer, ventanas, carpintería, paredes, puertas, pasamanos y techos.
- No deje que su hijo se lleve a la boca ningún objeto que pueda contener pintura a base de plomo. Revise si ha mordido algún objeto de madera de su casa.
- Lave las ventanas constantemente siguiendo el procedimiento descrito anteriormente. Las partículas de pintura y polvo tienden a acumularse dentro y debajo de las ventanas.
- No use su aspiradora para limpiar astillas de pintura o polvo de plomo. El filtro de la aspiradora no está diseñado para recoger y mantener pequeñas partículas de plomo. El uso de una aspiradora regular sólo diseminará el polvo de plomo.

Lead-based paint

Eating cracking, chipping and peeling lead-based paint is also a lead source for young children. Lead paint was used on the inside and outside of homes built before 1978.

- Be aware that lead-based paint may have been used on cribs, highchairs, windows, woodwork, walls, doors, railings and ceilings.
- Don't let your child eat or chew on anything you think may contain lead-based paint. Look for teeth marks on the woodwork in your home.
- Be sure to wet wash, as described above, the windows often. Loose paint and dust can build up inside and under the window area.
- Do not use your household vacuum to clean up paint chips or leaded dust. The filter in your household vacuum cleaner is not designed to pick up and hold small particles of lead. Using a regular vacuum cleaner will spread lead dust into the air.

- Pintar sobre una superficie con astillas, pedazos o residuos de pintura a base de plomo no hace la superficie menos peligrosa o más segura. Antes de volver a pintar, quite las astillas y los residuos de pintura a base de plomo.
- Painting over chipping or peeling lead-based paint does not make it safe! You must first safely remove chipping or peeling lead-based paint before repainting.

La tierra

La tierra puede contaminarse con plomo proveniente de pintura de exteriores de casas, edificios y cercas. Como resultado del uso pasado de plomo en la gasolina, el plomo también puede encontrarse en la tierra adyacente a carreteras importantes o intersecciones en zonas urbanas. Ninguno de estos lugares es un área de juego segura para los niños.

- No permita que su hijo coma sobre tierra al descubierto, o coma tierra, o juegue junto a una casa o en una calle donde haya tierra al descubierto.
- Cubra los espacios de tierra de su jardín (la que le sea visible) con césped, o con estiércol y paja o cualquier otra planta que cubra la tierra expuesta.
- Mantenga alfombras lavables en todas las entradas de su casa. Lave estas alfombras por separado. Repita el ciclo de enjuague antes de volver a usar la lavadora.
- Sáquese los zapatos a la entrada para evitar que la tierra y el polvo ingresen a su casa.

Los alimentos

En general, las plantas no absorben plomo a menos que haya una gran cantidad de éste en la tierra.

- Lave las frutas y los vegetales antes de comerlos para limpiarlos de cualquier polvo de plomo que se haya asentado en ellos. No guarde jugos o comida en latas abiertas. Guarde comida en envases de vidrio, de acero inoxidable o de plástico resistente.
- Quite las hojas exteriores de los vegetales de hoja verde.
- Siembre jardines alejados de la casa, garaje, barandas u otras estructuras cubiertas con pintura astillada.

Soil

Soil can be contaminated with lead from deteriorated, exterior paint on homes, buildings, or fences. As the result of past use of leaded gasoline, lead can also be found in the soil near major roadways or intersections in urban areas. Neither of these places are safe play areas for a child.

- Don't let your child eat outside on bare soil areas, eat dirt, or play next to the house or the street where bare soil is present.
- Cover bare soil (any soil you can see) with grass, mulch, shrubs, or another kind of durable ground cover.
- Keep washable rugs at all of the entrances to your home. Wash these rugs separately from other items. Run the rinse cycle once before using the washer again.
- Take your shoes off at the door so soil and dust are not tracked into the house.

Food

Plants usually do not absorb lead unless there is a large amount of lead in the soil.

- Wash fruits and vegetables before eating to clean off any lead dust that may have settled on the food. Do not store juices or food in open cans. Store food in glass, stainless steel or sturdy plastic.
- Remove the outer leaves of leafy green vegetables.
- Plant gardens away from the house, garage, fence or other structures covered with chipping paint.

El agua potable

Los niveles de plomo en el agua potable tenderán a ser más altos si su sistema de agua tiene cañería de plomo o cañería de cobre con soldadura de plomo.

- Las cañerías instaladas antes de 1930 pueden tener tuberías de plomo. Las cañerías instaladas antes de 1985 pueden tener soldadura a base de plomo en las coyunturas de cobre del sistema de suministro de agua. Los grifos de latón y las válvulas de bola pueden tener plomo. En 1985 quedó prohibido el uso de soldadura a base de plomo en Minnesota.
- La única manera de saber si el agua potable de su casa tiene plomo, es a través de una prueba hecha en un laboratorio certificado. Llame al Minnesota Department of Health (Departamento de Salud de Minnesota) y solicite el nombre de un laboratorio autorizado en su área.

Si cree que hay plomo en el agua potable:

- No cocine, beba o prepare la leche maternizada con agua del grifo de agua caliente. El agua caliente disuelve más plomo que el agua fría.
- Siempre use agua fría para cocinar y beber. Si el agua no ha sido usada por seis horas o más, deje correr el agua fría por un par de minutos, o hasta que cambie la temperatura.
- No use el grifo de agua caliente para propósito de comida y bebida. Si necesita agua caliente, caliente la del grifo o de la refrigeradora.

Medicina tradicional

Muchos remedios tradicionales contienen plomo, por lo tanto no deben ser usados. Hable con su médico si está tomando cualquiera de los siguientes remedios populares ya que pueden contener plomo:

- alarcon
- alkohl
- azarcon
- bali gali

Water

Lead levels in your water are likely to be highest if your home or water system has lead pipes or copper pipes with lead solder.

- Plumbing put in before 1930 may contain lead pipes. Plumbing installed before 1985 may contain leadbased solder in the copper joints in the water supply system. Brass faucets and ball valves may contain lead. Minnesota banned the use of lead-based solder in 1985.
- The only way to know if your water (or other lead source) has lead in it is to have it tested by a certified lab. Call the Minnesota Department of Health for the name of an approved lab in your area.

If you think you may have lead in your water:

- Do not cook, drink or make baby formula with water from the hot water faucet. Hot water dissolves more lead than cold water.
- Always use cold water for cooking or drinking. If the water has not been used for six or more hours, let the cold water run for a couple of minutes, or until there is a temperature change.
- Stay away from the hot water tap for eating and drinking purposes. If you need hot water, heat cold water from the tap or the refrigerator.

Folk medicine

Many folk remedies contain lead and should not be used. Please talk to your doctor if you are using any of the following folk remedies that may contain lead

- alarcon
- alkohl
- azarcon
- bali gali

- bint al zahab
- cora
- empacho
- greta
- farouk
- ghasard
- kandu
- kohl
- liga
- lozeena
- pay-loo-ah

- bint al zahab
- cora
- empacho
- greta
- farouk
- ghasard
- kandu
- kohl
- liga
- lozeena
- pay-loo-ah

Para solicitar este material en formato diferente llame al:
Minnesota Department of Health
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55076-0975

Phone: 651-215-0700

TDD/TTY: 651-215-0707

Servicio de Transmisión de Minnesota: 800-627-3529

¿Tiene preguntas?

Llame al Programa de Plomo del Departamento de Salud de Minnesota al 651-215-0890 o visite nuestro sitio web en www.health.state.mn.us/divs/eh/lead

To request this material in another format contact:
Minnesota Department of Health
P.O. Box 64975
St. Paul, MN 55076-0975

Phone: 651-215-0700

TDD/TTY: 651-215-0707

Minnesota Relay Service: 800-627-3529

Questions?

Call the Minnesota Department of Health Lead Program at 651-215-0890 or visit our website at www.health.state.mn.us/divs/eh/lead