

Mantenga a sus hijos alejados del plomo

Hoja de consejos sobre el plomo n.º 5



Hay cuatro cosas que puede hacer para mantener a sus hijos alejados del plomo. Si sabe que tiene pintura con plomo en su casa o cree que podría tenerla, utilice esta hoja de consejos para ayudar a mantener a sus hijos alejados del plomo.

Los niños de 1 y 2 años tienen más probabilidades de verse expuestos al plomo. Pueden introducirse polvo de plomo o virutas de pintura con plomo en el cuerpo porque a menudo se llevan las manos, los juguetes u otras cosas a la boca. También juegan donde puede haber polvo de plomo, como en el suelo y cerca de los marcos de las ventanas.

1 Mantenga limpias las zonas de juego

Piense en todos los lugares de su casa donde juegan sus hijos.

- Compruebe si hay pintura descascarillada o desconchada. Recoja los restos de pintura y tírelos.
- Lave el suelo o aspire la alfombra con frecuencia (utilice una aspiradora HEPA).
- Coloque muebles delante de los marcos de las ventanas con pintura desconchada para que sus hijos no puedan acceder a ellos.
- Si vive en un apartamento, no deje que los niños jueguen en el pasillo, las escaleras o el porche.

2 Limpie el polvo

Un poco de polvo de plomo puede esparcirse fácilmente por toda su casa o apartamento. La limpieza frecuente con friegasuelos y trapos húmedos puede ayudar a reducir la cantidad de polvo de plomo que en su hogar.

- Limpie los marcos de las ventanas, las partes estrechas en las ventanas y puertas, y otras zonas que toquen los niños.
- Lave los suelos una vez por semana.
- Para obtener más información, vaya a la sección de propietarios de viviendas en maine.gov/healthyhomes.

3 Haga la prueba de plomo a sus hijos

Consulte al médico de su hijos sobre el análisis de sangre para detectar la presencia de plomo en el niño.

- Maine exige que todos los niños se hagan la prueba al año y los dos años de edad.
- Si el resultado del análisis de plomo en sangre de su hijo es alto, necesitará hacer otros análisis de plomo para asegurarse de que el plomo esté saliendo de su organismo.
- Asegúrese de acudir a todas las citas con el médico de su hijo.
- Vaya a la sección de padres en maine.gov/healthyhomes para obtener más información.

4 Mantenga el plomo fuera de la boca de su hijo

- Lávense las manos antes de comer y de acostarse.
- Lave los juguetes semanalmente.
- No deje que los niños coman alimentos o utilicen chupetes que se hayan caído al suelo.
- Alimente a los niños en una mesa limpia o en una silla alta.

Proteja a su familia.

- Visite este sitio web: maine.gov/healthyhomes
- Para recibir ayuda, llame al: **866-292-3474** • TTY: **Llame al Repetidor de Maine 711**

