

INFORMACIÓN ADICIONAL

Recuerda: Si estas embarazada o estas planeando embarazarte y piensas que has estado expuesta a plomo, pregunta a tu doctor para una prueba sanguínea de plomo. Una prueba sanguínea de plomo puede decirte si tu o tu bebé ha estado expuesto a plomo.

Para mas información, Contactar

- Tu Doctor
- Departamento de Salud Local
- Oficina de Epidemiología del Departamento de Salud de Utah,
(<http://epht.health.utah.gov/epht-view/topic/ChildhoodBloodLead.html>)
- Departamento de Calidad del Aire de Utah,
(<https://deq.utah.gov/air-quality/lead-based-paint-program>)
- Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC),
(<https://www.cdc.gov/nceh/lead>)
- Agencia de los Estados Unidos de Protección Ambiental, (www.epa.gov/lead)



Como cuidarte y cuidar a tus bebés Sanos y Salvos

Oficina de Epidemiología Programa Epidemiología Ambiental
P.O. Box 142104
Salt Lake City, Utah 84114-2104

Teléfono: 801-538-6191
Email: EPICDEPFAX@utah.gov

Revised October 2018

This Publication was supported by Grant No. US7/CCU818465-03 from the Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of the CDC.

EMBARAZO Y ENVENENAMIE NTOCON



*Como cuidarte y
cuidar a tus
bebés Sanos y
Salvos*

Que es Envenenamiento con Plomo



Plomo es un metal que se encuentra en forma natural y que es utilizado para varios propósitos. El plomo es dañino cuando se come con objetos contaminados con plomo o al respirar polvo contaminado con plomo.

Lugares en los que se encuentra el Plomo



- **Pintura a base de plomo:** Pintura astillada o pelada y polvo de casas o construcciones construidas antes de 1978
- **Agua:** Plomería vieja con tubería de plomo o tubería soldada con plomo
- **Comida:** Guardada en contenedores que contienen plomo
- **Tierra:** Contaminada con plomo por astilleo o descarapelado de pinturas fuera de la casa o de actividades mineras
- **Trabajo:** Polvo con plomo puedes estar en ropa o cabello y llevado a casa
- **Pasatiempos:** Armas de fuego, tiro al blanco, cerámicas, terminado de muebles, vidrios polarizados, pesas de pesca
- **Hogar o Remedios caseros:** azarcón, greta, kohl y paylooh

Cómo Afecta el Plomo Su Salud



El Plomo puede causar problemas serios de salud a mujeres embarazadas y a sus bebés.

El plomo puede causar

- Daño a el cerebro, el sistema nervioso, riñones y el sistema auditivo del bebe
- Alta presión arterial
- Problemas digestivos
- Desordenes nerviosos
- Abortos
- Dificultad de embarazarse
- Bebes de bajo peso al nacer
- Pérdida de la memoria
- Dificultad para concentrarse
- Dolor de músculos y coyunturas

Prevención del Envenenamiento con Plomo

El envenenamiento de *Plomo* es común y puede prevenirse.

Que puedes hacer

- Consulte un **doctor** para una prueba sanguínea
- **Examine** la pintura, tierra o agua para plomo
- Coma **alimentos** ricos en calcio, hierro, vitamina C y evite comidas grasosas
- **Lave** sus manos seguido
- Cubra **pintura** pelada o astillada
- **No** remueva pintura al remodelar su casa o terminado de muebles
- Si usted o los miembros de su familia realizan **trabajos** que involucren plomo, cambie su ropa y báñese antes de entrar en la casa
- Utilice un trapo húmedo o un trapeador con agua para **limpiar** las superficies recién pintadas y/o pisos y enjuague seguido

